اطلاعات هفتگی

شماره ۳۱۳۶

چهارشنبه ۱۰ آبان ۱۳۸۳

عاقبت عشق گنج قارونی

یک سرماخوردگی خطرناک در راه است!

این بار هشدار جدی به لاغرها

گزارش رنگی از مرموزترین پدیده زندگی

بزرگترین معجزه برای کوچکترین انسان

افکار تحصیلی‌تان را تغییر دهید

LG
Life's Good

بدون تسمه = بدون لرزش و بی صدا DD

نصب رایگان

۷ کیلو

WD-14120RD

- ۱۰۰ ٪ خشک کن
- دارای سیستم Direct Drive (DD)
- سرعت موتور ۴۰۰ تا ۱۴۰۰ دور در دقیقه
- سیستم شستشوی تمام اتوماتیک هوشمند
- دارای سیستم شستشوی اولیه ، توقف آبکشی و آبکشی اضافی
- درب بزرگ با زاویه بازشدن ۱۸۰ درجه برای البسه بزرگ و حجیم
- قابلیت برنامه ریزی شستشو تا ۱۹ ساعت
- دارای دو ورودی شیر آب سرد و گرم
- حداقل مصرف برق (نمودار مصرف انرژی **A**)

فقط با ضمانت‌نامه فارسی گلدیران
پوشش از ۳۰۰ مرکز خدمات پس از فروش
دفتر خدمات پس از فروش: ۸۷۳۴۳۲۷ - ۸۷۴۶۲۹۸
گلدیران نماینده انحصاری محصولات ال‌جی در ایران
www.goldiran.ir www.lge.ir

بسم اللّٰه الرّحمن الرّحیم

فهرست مطالب این شماره

یاد و یادواره ---------------------------- ۳
یادداشت هفته ------------------------- ۴
تفسیر سیاسی ------------------------- ۶
سه‌گانه ---------------------------------- ۸
گزارش هفته ---------------------------- ۱۰
رفتارها و واکنش‌ها -------------------- ۱۲
داستان زندگی ------------------------- ۱۴
صدای سبز بسیج ---------------------- ۱۶
گزارش رنگی -------------------------- ۱۸
مشاور خانواده ------------------------- ۲۰
پاورقی خارجی «من سیسرو بودم» ------- ۲۲
ماجراهای خواستگاری ------------------ ۲۴
در پیچ و خم دادگاه -------------------- ۲۵
آیین شوهرداری ------------------------ ۲۶
فرهنگ مردم --------------------------- ۲۷
گزارش از زندانها ---------------------- ۲۸
سرگذشت‌های واقعی ------------------- ۳۰
زندگی رنگین -------------------------- ۳۲
از گوشه و کنار جهان ------------------ ۳۴
مشاور دندانپزشکی ---------------------- ۳۶
یک هفته حادثه ----------------------- ۳۷
پاورقی ایرانی «گمشدگان» --------------- ۳۸
یک سرماخوردگی خطرناک در راه است ---- ۴۰
خیاطی آسان - معجزه گیاهان ------------ ۴۱
تماشاگه راز --------------------------- ۴۲
در قلمرو داستان ------------------------ ۴۴
ترازو - داستان جان ---------------------- ۴۶
جدول ---------------------------------- ۴۸
جدول تو نویسی ------------------------ ۴۹
جنگ هنر ------------------------------ ۵۰
داستانهای آلفرد هیچکاک ---------------- ۵۴
جهان هنر ------------------------------ ۵۶
ورزشی -------------------------------- ۵۸
در حلقه رندان ------------------------- ۶۲
اطلاعات مفتکی ------------------------ ۶۳
یک دقیقه با دنیای علم ----------------- ۶۴
هفته بعد شما -------------------------- ۶۵
نقاشی‌های شما ------------------------- ۶۶

اطلاعات هفتگی

صاحب امتیاز
شرکت ایرانچاپ
(موسسه اطلاعات)
مدیر مسوول و سردبیر:
فتح‌الله جوادی
معاون سردبیر: سیداحمد شهابی
معاون فنی: محمود صفادار
صفحه‌آرا: محمد جعفر صباغی خسروی
حروف‌نگار: اسماعیل غلامی

نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی - موسسه اطلاعات - اطلاعات هفتگی

کد پستی: ۱۵۴۹۹۵۱۱۹۹
تلفن: ۲۲۲۶۲۲۶ - ۲۹۹۹۳۴۰۴
نمابر (فاکس): ۲۲۷۱۸۱۳

تلفن آگهی‌های مجله اطلاعات هفتگی: ۲۲۲۳۵۰۷
چاپ از: ایرانچاپ
چاپخانه موسسه اطلاعات - تلفن: ۲۹۹۹۹

شماره ۳۱۶۱ - چهارشنبه ۲۰ آبان ۱۳۸۳
۲۶ رمضان ۱۴۲۵ ۱۰ نوامبر ۲۰۰۴

■ هرگونه استفاده از مطالب مجله جهت فیلمنامه سینما، تلویزیون و تئاتر و یا چاپ در کتاب منوط به کسب اجازه کتبی است.
■ مقالات ارسالی پس داده نمی‌شود.
■ مجله در ویرایش مطالب آزاد است.

یاد و یادواره

عید سعید فطر مبارک باد

اول شوال، مصادف با عید سعید و مبارک فطر است.

با پایان یافتن ماه مبارک رمضان و حلول ماه شوال، ملت مسلمان که یک ماه در ضیافت الله شرکت داشته و بر سر خوان الهی نشسته بودند، عید سعید فطر را گرامی داشته و به هم تبریک می‌گویند.

عید سعید فطر یکی از اعیاد بزرگ مسلمانان است.

در این روز توصیه فراوانی شده است که مسلمانان لباس پاکیزه و مناسب بپوشند، خود را معطر کنند، به بازدید همدیگر بروند و غسل عید نمایند. همچنین زکات فطر را به افراد نیازمند تحویل دهند. در صبحگاه عید فطر، نماز عید یکی از اعمالی است که مسلمین آن را در صفوف به‌هم فشرده برگزار می‌نمایند.

این روز بزرگ را به تمامی مسلمین خصوصاً شما خوانندگان عزیز تبریک عرض می‌کنیم.

روز جهانی قدس

بیت‌المقدس اولین قبله مسلمانان سرنوشتی غم‌انگیز و غریب دارد، این روزها رژیم صهیونیست حلقه محاصره خود را تنگ‌تر از همیشه کرده تا به قدس عزیز چهره‌ای کاملاً غیرمسلمان بدهد.

در دین مبین اسلام توسط ائمه اطهار و رسول گرامی اسلام بارها توصیه شده است که به یاری مسلمانان در هر کجا که باشند بشتابید و اگر مظلومی فریاد برمی‌آورد و شما را به کمک می‌خواند اگر چنانچه به یاری او نروید مسلمان نیستید. حضرت امام خمینی(ره) در اقدامی الهی و تصمیمی حیاتی آخرین جمعه ماه رمضان هر سال را روز قدس اعلام کردند تا مسلمانان یکپارچه و یکصدا با حضور در صفهای به هم فشرده راهپیمایی این روز بزرگ فریاد برآورند: **مرگ بر اسرائیل، درود بر فلسطین**.

روز قدس به فرموده حضرت امام روز حیات اسلام است. این روز عزیز را گرامی می‌داریم.

روز بزرگداشت شیخ مفید

شیخ مفید یکی از علما و فقهای بسیار جلیل‌القدر شیعه است. او کسی است که بارها به ملاقات امام زمان(عج) نائل شد و مورد عنایت امام زمان(عج) نیز قرار گرفت. منقول است که بخشی از آخرین اثر شیخ مفید را درحالی که هنوز کتاب به پایان نرسیده بود و ایشان از دنیا رفتند، امام زمان(عج) به نگارش درآوردند و حتی لقب «مفید» را حضرت ولیعصر(عج) برای ایشان انتخاب کردند.

جانبازان چراغ دل و دیده ملت

توفیق دیداری از آسایشگاه ثارالله تهران فراهم آمد تا چند ساعتی میهمان سفره مصفای دل جانبازان عزیز باشیم و درسهایی فرا گیریم و به درد دلهای بسیارشان گوش فرا دهیم.

گزارشی از مسائل و مشکلات این گرامیان را در اولین فرصت خواهید خواند.

کسی که سوءظن شدید دارد از لذت حیات محروم و بی بهره است ● حضرت امیر(ع)

یادداشت هفته

محمدامین
جوادی

جلوی یبوست اقتصاد را بگیریم

اقتصاد ایران دوران سختی را تجربه می‌کند. این دوران، دوران قحطی یا بی‌پولی نیست، دوران سردرگمی است. رکود و بی‌برنامگی. به تعبیر ساده‌تر ما درحال حاضر فقیر نیستیم، درآمد ارزی خوبی هم داریم، نیروی جوان هم داریم، کار بر زمین مانده هم زیاد داریم، اما چرخ دنده‌های اقتصادی به‌اصطلاح گیرپاچ کرده‌اند، حرکت نمی‌کنند، به جای اینکه همدیگر را به حرکت درآورند، به هم می‌سایند، همدیگر را زخمی می‌کنند و صدمه می‌بینند.

با افزایش قیمت نفت درحال حاضر میزان قابل توجهی ارز در صندوق ذخیره ارزی انبار شده است، اما این پول هم دردی را دوا نمی‌کند. باز هم مشکل بیکاری وجود دارد، باز هم مشکل سرمایه‌گذاری به بدترین شکل ممکن دامان همه را گرفته است. رکود در بخشهای مختلف اقتصادی سرمایه‌گذاری سنتی ایران را دچار مخمصه و سردرگمی کرده است. به این حالت می‌گویند «آچمز». اینکه ندانیم چه کار باید کرد؟

مثال ساده‌ای بزنم. شما یک وقت مشکلتان این است که پول ندارید تا غذا بخرید، وقتی پول به دست آورده‌اید و گرسنه هم هستید و می‌دانید که چه باید بخورید، به اولین رستوران می‌روید و غذای مورد علاقه خود را سفارش می‌دهید و کلی لذت می‌برید اما یکوقت شما مریض هستید، گلودرد دارید یا ناراحتی معده دارید، دوست دارید که غذا بخورید اما غذا از گلوی شما پایین نمی‌رود. به جای اینکه لذت ببرید، درد می‌کشید.

در اقتصاد امروز ایران متأسفانه چنین شرایطی ایجاد شده است. پول به عنوان سرمایه اولیه باعث بلاتکلیفی شده است و به کار دولت هم نمی‌آید. یعنی نمی‌داند که با آن چه کند.

جالب اینکه در شرایطی که این همه افزایش درآمد نفتی داریم اما امسال شاید شاهد بیشترین میزان کسری بودجه باشیم. علت آن این است که دولت نتوانسته درآمدهای پیش‌بینی شده ریالی خود را محقق کند. یعنی راههای پول درآوردن را بلد نیست، اما استاد خرج کردن و اسراف و وقت تلف کردن است. درحال حاضر سرمایه‌گذاران ما نیز بدتر از دولت و بخش خصوصی‌مان نیز سردرگم‌تر از بخش دولتی سرگیجه گرفته‌اند. در موقعیتی که بشدت نیازمند افزایش شغل و ایجاد کار هستیم، سرمایه‌گذاران درمانده‌اند که چه بکنند؟ یبوست عجیبی که جحاز هاضمه سرمایه‌گذاری دولتی و بخش خصوصی را به درد و تلاطم انداخته است ظاهراً با هیچ مسهلی راه نمی‌افتد. حتی سرمایه‌گذاران خرده‌پا نیز می‌پرسند با سرمایه‌هایمان چه کنیم؟ با توجه به قانون جدید چک و خوشبختانه! افزایش آمار کلاهبرداران و باز شدن دست کلاهبرداران برای کلاهبرداریهای کلان، دغدغه سرمایه‌گذاری بیشتر از گذشته هم شده است. بخش مسکن و ساختمان هم دچار رکود تقریباً کامل است. خرید و فروش زمین‌های شمال هم که راکد شده است و...

خوب البته اینها بد نیستند، خدا کند بخش دلالی و بورس‌بازی کشور دست از سر اقتصادمان بردارد و نوعی عقلانیت بر سرمایه‌گذاری ما حاکم شود، اما متأسفانه این رکود در بخشهای اقتصادی و تجاری به رونق در بخش صنعت یا تولید نینجامیده است. این هم از آن جمله اتفاقات غریب اقتصاد سنتی ایران است. درحال حاضر سرمایه‌گذاری در بخش تولید به دلایل متعددی از جمله هجوم واردات به کشور، نوعی اقدام با درصد ریسک بالاست. از تولید هم مزیت نسبی تنها برای صنعت خودرو مانده است که آنهم خداوکیلی با وجود این همه پستانکی که مقامات و مجلس و دولت دهانش می‌گذارند چندان هم صنعت نیست، تعارف نکنیم، صادق باشیم و به مردم راست بگوییم. چند درصد پژو ۲۰۶ یا حتی همین پژو ۴۰۵ یا حتی همین سمند تولید داخل است و صددرصد ایرانی؟ ماکسیما و زانتیا و موسو و... پیشکش. صنعتی که همین حالا هم بیش از سه میلیارد دلار در سال ارز مصرف می‌کند تا حدود نهصد هزار خودرو تولید کند و اتومبیل‌هایش را نیز با دو برابر قیمت جهانی می‌فروشد و حتی با صددرصد عوارض هم قادر به رقابت با بازار جهانی خودرو نیست. همه ما هم می‌دانیم که این تولید فقط برای پر کردن جیب عده‌ای خاص و به زیان اکثریتی از جامعه و مصرف‌کننده بی‌نوا و افزایش مصرف سوخت و ضربه به محیط زیست و ... سرپاست.

هرچه هم که برخی دلسوزان و یا تعدادی از نمایندگان ادوار مجلس خواسته‌اند وارد مافیای این به‌اصطلاح صنعت شوند، یا پرشان سوخت، یا به زمین گرم گرفتار آمدند و سرانجام هم معلوم نشده است که ما بعد از گذشت یک و نیم دهه اخیر که از حمایت صددرصد صنعت خودرو می‌گذرد، چند دهه دیگر باید صبر کنیم تا به همین چین و مالزی و کره برسیم؟ ژاپن، فرانسه و آلمان پیش‌کشمان.

بگذریم. باز هم سر درددلمان درباره صنعت خودرو باز شد و سخن به بیراهه رفت. در هر صورت انقباضی که درحال حاضر در بخش اقتصاد وجود دارد بیش از پول به عقل و خرد و برنامه نیازمند است. کسی که بتواند این کلاف سردرگم را باز کند و این توانایی‌های بالقوه کشور را به فعل درآورد. افزایش بهای نفت درحال حاضر حداقل در کوتاه‌مدت می‌تواند بهترین فرصت را برای ما به همراه داشته باشد تا با این پول پایه‌های اقتصادمان را محکم کنیم و به درصد مناسبی از رشد اقتصادی برسیم، اما غفلت از اهمیت این دوره با توجه به تورمی که ناشی از افزایش درآمد نفت در جهان خواهد بود و نیز با توجه به اینکه ما درمقابل کمتر از هفت میلیارد دلار صادرات غیرنفتی حجم وارداتمان حداقل چهار برابر این حجم صادراتی است، در آینده بازنده ما خواهیم بود که مجبوریم کالاهای خارجی را بسیار گرانتر بخریم همچنان که همین حال نیز مجبوریم حداقل دو برابر ارز سال گذشته را تنها برای واردات بنزین و گازوئیل دور بریزیم. اگر به این امهات توجه نکنیم باز مجدداً انگشت تحیر به دندان خواهیم برد.

کوته سخن آنکه، باید با یک طراحی عقلانی صحیح موقعیت فعلی اقتصادی کشور را از حالت: «حالا همین امروز را بگذرانیم»، «فردا خدا کریم است»، «حالا الان صدای کسی درنیاید»، «امسال نان و آب مردم تاءمین باشد تا سال بعد یک کاری می‌کنیم» و... دربیاوریم.

بن‌بست سرمایه‌گذاری و چه کنم، چه کنم سرمایه‌گذار اتفاق خوشایندی نیست. بورس البته گزینه مناسبی است اما آنهم تازگی‌ها از نفس افتاده است. نباید شرایطی ایجاد شود که یبوست مزمن بیش از این همه جای دستگاه گوارش اقتصاد را به درد و مرض دچار کند.

■

نامه‌های بدون واسطه

همدرد

نامه‌های بدون واسطه را که می‌خوانم گاهی اوقات همدردی پیدا می‌کنم تا گریه کنم نه‌تنها برای خودم، بلکه برای همه اونهایی که رویشان از زن و فرزند سیاه است و هرچه دارند در دل خود فرو می‌ریزند. من شاید به سن و سالی نرسیده‌ام که بتوانم کاری بکنم ولی دوست دارم هر وقت توانستم دست آدمهایی را که نیازمندند بگیرم. زیرا هیچ چیز بدتر از نداشتن، دل و فکر را نمی‌سوزاند. من نمی‌دانم، نمی‌دانم چطوری بنویسم؟ برای کی بنویسم؟ چگونه بنویسم که همه بشنوند؟ آنقدر که دلتان به حال ملت عراق می‌سوزد، پس ملت خودمان چی؟

سارا ـ ک ـ علی‌آباد کتول

کارفرمای خوب

بنده برخلاف بسیاری که از کارفرمایان خود انتقاد می‌کنند و از حق‌کشی و استثمار آنان دم می‌زنند ـ و شاید حق هم دارند ـ این بار می‌خواهم از مدیر شرکت خودمان که یک خانم تحصیلکرده و بامعرفت است (مدیر شرکت کارسنج) تقدیر کنم که جداً جوانمردی دارد. من چند جا کار کرده‌ام اما در اینجا همیشه حقوق خودم را اول ماه گرفته‌ام و می‌خواهم به بقیه کارفرمایان مرد بگویم که بهتر است از این خانم یاد بگیرند که چگونه کارگرانش را راضی نگه می‌دارد و همه دعایش می‌کنند.

مشیری ـ تهران

صورت یا سیرت زیبا؟

خداوند سبحان، انسانها را به‌گونه‌ای آفریده است که هریک از آدمیان از لحاظ سیرت و صورت، متفاوتند و مطابق درک و فهم و نیز سلیقه و خواسته‌هایشان به عالم هستی و خلقت می‌نگرند، که در این میان برخی متأسفانه درپی از بین بردن نعمت‌هایی که خداوند منان و خالق یکتا به آنها ارزانی داشته است، هستند و درصدد برمی‌آیند تا در خلقت خدا دست ببرند.

آنچه این روزها شاهدیم، مراجعه قابل ملاحظه عده‌ای از جوانان به مطب متخصصان گوش، حلق و بینی و یا پلاستیک بینی است که خواهان کوچک کردن و یا فرم دادن به بینی خود هستند. البته مراجعه آن دسته از جوانانی که مشکل انحراف تیغه بینی دارند، کاملاً موجه است، اما عده‌ای از روی چشم و همچشمی و فقط برای زیبایی، نزد پزشک جراح می‌روند و درخواست می‌کنند تا حالت بینی‌شان را تغییر دهند و به قول معروف همه می‌خواهند سوفیا لورن شوند! مسوولان گرامی در سازمانهای مربوطه به لحاظ زیبایی بودن این عمل‌ها، برای انجام کوچک کردن بینی، تعرفه مشخصی را مصوب و اعلام نکرده‌اند و در این میان دریافت وجه از سوی پزشکان، سلیقه‌ای است و بستگی به وجدان آنها دارد که تا چه میزان بتوانند از بیماران خود درقبال کوچک کردن بینی، پول دریافت کنند.

متأسفانه معدودی از جوانان امروز به دنبال سیرت زیبا داشتن نیستند، بلکه به دنبال صورت زیبا هستند و با گونه‌گذاری، ترمیم لب، ابرو، بینی، مژه و... می‌خواهند از غافله عقب نمانند.

به‌راستی ما چقدر به دنبال سیرت زیبا هستیم؟

علی‌اکبر فرقانی ـ تهران

بلای سیگار

مصرف سیگار در جامعه امروز به یک مشکل حاد تبدیل شده است. غول سیگار دنیا با بنجل جا انداختن سیگار ایرانی با هزینه‌های گزاف سیگار خود را با افزودن مواد شیمیایی و اسانس در دسترس عموم قرار داده و آنان را معتاد به یک نوع سیگار می‌کند و هدف آنان در درجه اول جوانان جامعه است.

یکی از نشریات اشاره‌ای داشت به اینکه دولت آمریکا ۹۷ درصد سیگار غیرمرغوب خود را با بسته‌بندی زیبا به جهان سوم ارسال و برای مردم خودش از ۳ درصد سیگار مرغوب و سیگارهای مرغوب کوبا استفاده می‌کند. هرچند زیاد تفاوت نمی‌کند و هر دو خانمان‌برانداز‌ند، اما شرکتهای بزرگ سیگارسازی فقط به درآمد فکر می‌کنند و برای به دست آوردن بازار بهتر به هیچ‌وجه کوتاه نمی‌آیند، اما چرا طرحهای من درآوردی مدیران هم موفق نمی‌شود خود مثنوی هزار من کاغذ می‌شود. از یک طرف با پخش بروشور و تراکت سیگار را زیان‌آور معرفی می‌کنند و از طرفی انواع سیگارهای لوکس سفارشی دولت حتی در خواربارفروشی‌ها پیدا می‌شود.

به اتفاق یکی از دبیران به مدرسه‌ای رفتیم و با اجازه دبیر پرورشی اقدام به بازدید کیف بچه‌های مدرسه راهنمایی کردیم که واقعاً برای ما گریه‌آور بود، به غیر از آنکه در اغلب کیف‌ها سیگار وجود داشت در بعضی از آنها حتی حشیش و گراس و چاقو هم دیده می‌شد و مصرف این مواد جز عدم درک صحیح درس، پرخاشگری را نیز به دنبال دارد. و مسوول محترم یکی از دلایل را فروش سیگار به بچه‌ها و دلیل دیگر را طرح ترمی، واحدی مدرسه عنوان نمودند که دانش‌آموز در ساعات استراحت از دسترس مسوولین مدرسه خارج و چند نفری به کشیدن سیگار مشغول می‌شوند و این در اکثر مدرسه‌ها کلیت دارد و در این میان اگر مسوولین مملکتی هرچه زودتر اقدامی عاجل برای این امر خطیر نیندیشند در چند سال آینده باید بودجه هنگفتی را برای درمان این جماعت کنار بگذارند. حداقل می‌شود مانند کشورهای پیشرفته از کشیدن سیگار در مجامع عمومی چون ترمینالها و رستورانها و بیمارستانها جداً جلوگیری کنیم تا شاید اندکی جلوی رشد بی‌رویه آن را بگیریم.

م ـ شاهد ـ سورک

شادترین مردم جهان

در آخرین مطالعات و آمارگیریهای سال جاری میلادی، مشخص شده است که مردم آمریکای لاتین و اروپای غربی و آمریکای شمالی از همتایان خود در اروپای شرقی و روسیه خوشبخت‌ترند.

تعداد افرادی که از زندگی راضی‌اند در کشور نیجریه از سایر کشورها بیشتر است و پس از آن مردم مکزیک، ونزوئلا، السالوادور، پرتوریکو قرار می‌گیرند و در آخر این فهرست نیز کشورهای روسیه و ارمنستان و رومانی قرار دارند، عواملی که باعث احساس خوشبختی مردم می‌شود در هر کشور متفاوت است. به‌طور مثال در آمریکا موفقیت شخصی و قوه بیان مهمترین معیارهای خوشبختی به‌شمار می‌روند. در ژاپن مردم به برآورده شدن انتظارات خانوادگی و اجتماعی اهمیت بیشتری می‌دهند. براساس همین تحقیقات ، میل به تملک مادیات عاملی شناخته شده است که شادمانی را سرکوب می‌کند.

پژوهشگران می‌گویند که میزان شادمانی مردم در کشورهای صنعتی از جنگ جهانی دوم به بعد تقریباً ثابت مانده است، درحالی که درآمد آنها بشدت افزایش داشته است تنها استثنا دانمارک است که در ۳ دهه گذشته بر رضایت مردمش افزوده شده است.

متأسفانه کشور ما ایران در آمارهای مربوط به خوشبختی جایی ندارد، اما عواملی که باعث شده مردم خوشبخت نباشند بسیار شناخته شده است، وجود فاصله بین داراها و ندارها، و به‌طور خلاصه عادلانه تقسیم شدن درآمدها در کشور، گرانی روزافزون پایین بودن سطح دستمزدها و... درحالی که ما بزرگترین منابع نفت و گاز جهان را دارا هستیم، دهها هزار واحد تولیدی داریم در کشوری زندگی می‌کنیم که آب و هوایش چهارفصل است، رشد اقتصادی ۷ درصدی در سال جاری داشتیم، در بسیاری از زمینه‌های تولیدی در خاورمیانه مقام نخست را داریم، به کشورهایی مثل ایتالیا، آلمان و فرانسه قطعات صنعتی صادر می‌کنیم، اما با تمامی پیشرفتهای موجود ایرانیان خود را خوشبخت حس نمی‌کنند، چرا؟ به پاسخ این سؤال بیشتر فکر کنیم.

محسن ذوالفقاری ـ ساوه

شام را با کودکانتان بخورید

کودکانی که با افراد خانواده شام می‌خورند برنامه غذایی سالمتری خواهند داشت.

تحقیقات انجام شده روی ۱۶۰۰۰ کودک ۹ تا ۱۴ ساله نشان داده است کودکانی که با خانواده شام می‌خورند اغلب سه وعده میوه‌جات و سبزیجات مصرف کرده و علاقه به مواد غذایی سرخ کرده در آنها کمتر دیده می‌شود. این کودکان همچنین ویتامین و مواد معدنی بیشتر و اسید چرب و ترانس کمتری دریافت می‌کنند.

لازم به ذکر است نتایج این تحقیقات قابل تعمیم به خانواده‌هایی که فرهنگ غذایی مناسبی دارند نیست و فرهنگ تغذیه‌ای خانواده‌ها مهمترین مؤلفه امنیت غذایی فرزندان است.

فرستنده: طاهره سادات میرجمالی

احترام به پدر و مادر

در قرآن کریم در مورد احترام به پدر و مادر بسیار سفارش شده و پیامبر اکرم و ائمه هدی هم در این باره این همه سفارش کرده‌اند اما نمی‌دانم چرا در این دوره و زمانه احترام به پدر و مادر کمرنگ شده و بچه‌ها و نوجوانان به محض اینکه دست چپ و راست خودشان را می‌شناسند بنای ناسازگاری و بدخلقی را می‌گذارند و زحمات والدین را نادیده می‌گیرند. مگر پدر و مادر از فرزندان جز احترام چه چیزی می‌خواهند؟ آیا آنها نعمت داشتن پدر و مادر و کانون گرم خانوادگی را می‌دانند؟

به خدا اینهمه سفارش که درباره رعایت حرمت والدین و احترام به آنها شده بیهوده نیست و خدا کسانی که نسبت به پدر و مادر خود بی‌احترامی می‌کنند را هرگز نمی‌بخشد و زمان و جامعه هم ثابت کرده که این‌گونه فرزندان هرگز خیر نمی‌بینند.

ذکریا آقابابایی ـ گرگان

نامه به سردبیر

با سلامی گرم و صمیمی خدمت همه شما خوانندگان ارجمند و با تبریک عید سعید فطر به همه شما عزیزان.

◆ **ذکریا آقابابایی ـ گرگان** اینکه در یک سریال و یا در یک فیلم رشوه گرفتن یک مأمور نشان داده شده دلیل آن نیست که همه مأموران رشوه می‌گیرند. به هرحال بعضی وقتها باید با نشان دادن زشتی یک کار جلوی رواج و گسترش آن را گرفت. رشوه هم متأسفانه پدیده زشتی است که در دستگاههای اداری، انتظامی و قضایی ما کم و بیش وجود دارد و نمایش آن می‌تواند موجب تنبیه افراد و پرهیز از این عمل زشت گردد.

چند نامه دیگر هم از شما به دستم رسیده است که با تشکر از همکاری خوب شما بد نیست به خلاصه‌ای از آنها اشاره کنم.

۱ـ گرانی بیداد می‌کند، اجاره‌خانه‌ها بالا رفته است و فاصله‌های طبقاتی هر روز بیشتر می‌شود، پس مردم نیازمند چه کنند؟

۲ـ چاپ گزارش مشکل کارگران نهالستان گلستان که به بخش خصوصی واگذار شد بسیار آنها را خوشحال کرد. می‌خواستم به شما هم مژده این کار خیر را بدهم.

۳ـ چرا جای مطلب نامه سردبیر را زیاد نمی‌کنید تا نامه‌ها این همه در نوبت نمانند؟

◆ **عبدالواحد بلوچ ـ نیکشهر** از لطف شما سپاسگزارم. اعتماد به نفس داشته باشید و تردید نکنید. چرا فکر می‌کنید سوژه‌هایی که به ذهن شما می‌رسند ممکن است خوب نباشند؟ به این چیزها فکر نکنید. به سوژه و به کار فکر کنید. مثلاً وقتی درباره بی‌توجهی به نماز صحبت می‌کنید می‌توانید مطلبی در این باره تهیه و ارسال کنید. اتفاقاً بسیار هم خوب است.

◆ **مجید جهانبازی ـ شهرکرد** تصویر ارسالی را برای مسوول صفحه زندگی رنگین فرستادم تا مورد استفاده قرار گیرد. از محبت شما سپاسگزارم.

◆ **علی‌اکبر عبدزاده ـ رشت** از توجه شما خواننده قدیمی مجله سپاسگزارم. تعجب می‌کنم که در شهرستان بزرگی چون رشت برای تهیه مجله دچار مشکل می‌شوید و مجبورید مجله را به بهای بیشتری بخرید. نامه شما را به مدیرت توزیع و فروش مؤسسه تحویل دادم تا مورد بررسی قرار گیرد و از نماینده محترم مؤسسه اطلاعات در استان گیلان نیز می‌خواهم که با افزایش تیراژ مجله از بازار سیاه آن جلوگیری کنند.

مشکل جوایز مجله هم حل شد و جوایز مجله از این پس با نشانه مجله به دست برندگان می‌رسد. موفق باشید.

◆ **ا ـ س ـ آباده** من متوجه نشدم برای چه به اسم مستعار برای من نامه نوشته‌اید. چه چیزی در نامه‌تان بود که می‌خواستید شناخته نشوید؟ به هرحال مطلبی که در مورد شهید دستغیب نوشته بودید در فرصت مناسبی چاپ می‌شود. موفق باشید.

◆ **م ـ ع** مطلب ارسالی شما به دستم رسید، اما چون هیچ دلیلی در مورد علت عدم معرفی خودتان نگفته‌اید، نامه شما می‌ماند برای بعد. گرچه خیلی دوست داشتم نامه شما را چاپ کنم چرا که منهم معتقدم پرستاران جامعه، از زحمتکش‌ترین اقشار جامعه هستند که اکثراً مورد کم‌لطفی قرار می‌گیرند.

مثل معلمان جامعه، ضمناً کسی نگفته است که شغل رفتگران جامعه شغل بدی است. زحمت آنها هم اجر خودش را دارد.

کتاب بایگانی تجربه‌هاست ● نو بوسکایا

ایران و جهان سیاست

- اعلام شد که در میان اعضای فراکسیون اصول‌گرایان مجلس، درباره استیضاح مرتضی حاجی اختلاف‌نظر وجود دارد.
- شعبه خارجی شرکتهای دولتی منحل می‌شود.
- تلاشها برای جلب رضایت هاشمی رفسنجانی در انتخابات ریاست جمهوری شدت گرفت.
- پوتین از ایران خواست از طرح ضدتروریسم روسیه در سازمان ملل حمایت کند.
- الیاور رئیس جمهور موقت عراق، ایران را در قضیه ترور ۱۸ مأمور امنیتی این کشور مقصر دانست.
- پاول: آمریکا در هیچ طرح احتمالی اسرائیل در مورد ایران شرکت نمی‌کند.
- تعدادی از دانشجویان در تهران، حلقه انسانی به دور سازمان انرژی اتمی تشکیل دادند.
- البرادعی از ایران خواست اعتمادسازی کند.
- زمزمه‌های ریاست جمهوری حداد عادل بالا می‌گیرد.
- سخنگوی دولت: بازداشت‌های اخیر، دولت را در سیاست خارجی دچار مشکل کرده است.
- وزیر علوم، جدا کردن دختران و پسران را در دانشگاه و پذیرش جنسیتی در دانشگاهها را رد کرد.
- معاون وزیر خارجه آمریکا اعلام کرد که در صورت تغییر رئیس جمهوری این کشور، سیاست آمریکا درقبال ایران تغییر نمی‌کند.
- انتقال مجلس به بهارستان قطعی شد.
- تحقیق و تفحص از قوه قضاییه با ۱۲۰ امضاء تقدیم هیأت رئیسه مجلس شد.
- فیلترینگ سایت بازتاب وابسته به محسن رضایی لغو شد.
- الیاور: عراق مرزهای کویت را به رسمیت نمی‌شناسد.
- میلوسوویچ وکیل خودش در دادگاه لاهه شد.
- اسرائیل در انتخاب جانشین عرفات دخالت نمی‌کند.
- فرمانده نیروی هوایی ـ نظامی روسیه ترور شد.
- مجلس سنای پاکستان ادامه فرماندهی نظامی مشرف را تأیید کرد.
- طرفداران چاوز در انتخابات شهرداریهای ونزوئلا پیروز شدند.
- انفجار در بازار مرکزی تل‌آویو پنج کشته برجای گذاشت.
- شیخ زاید رئیس امارات درگذشت.
- وزیر دفاع جمهوری آذربایجان از بروز جنگ جدید با ارمنستان خبر داد.
- رئیس هیأت وکلای دفاع از صدام برکنار شد.
- پزشکان اعلام کردند عرفات سرطان خون ندارد.
- عنان: دولت سودان تعهداتش به سازمان ملل را نقض کرده است.

حسن فتحی

بوش، آرای الکترال و حوادث آینده!

آرای الکترال

انتخابات ریاست جمهوری آمریکا بالاخره پس از مدتها تبلیغات مختلف با پیروزی **جورج بوش** و موفقیت جمهوریخواهان در کنگره و سنا همراه بود، به‌طوری که آنها توانستند اکثریت را در این دو مجلس به دست آورده و رقبای دموکرات خود را با شکست مواجه سازند.

پیروزی بوش در شرایطی به دست آمد که تا آخرین لحظات، نظرسنجی‌ها حکایت از دوشادوش حرکت کردن او و جان کری کاندیدای حزب دموکرات داشت.

در تمام نظرسنجی‌هایی که در ماههای گذشته درباره این دو کاندیدا صورت گرفت، هیچ‌گاه به صورت آشکار برتری یکی بر دیگری آشکار نشد. فقط پس از برگزاری کنوانسیون انتخاباتی حزب جمهوریخواه، آرای بوش اندکی از جان کری بالاتر رفت، ولی همین برتری نیز پس از چند روز از بین رفت و شرایط برای هر دو کاندیدا برابر شد، به همین دلیل پیش‌بینی پیروزی یکی بر دیگری در شرایط برابر غیرممکن بود.

اگرچه در دو ایالت **ماساچوست** که زادگاه **جان کری** است و **تگزاس** که اختصاص به خانواده **بوش** دارد، از پیش مشخص بود که آنها اکثریت آرا را به دست خواهند آورد، اما در اکثر ایالتهای آمریکا پیروزی آنها قابل پیش‌بینی نبود.

یکی از ویژگیهای انتخابات آمریکا در این دوره، همین رقابت شانه به شانه و سخت بوش و جان کری بود که حتی جامعه آمریکا را دچار دوپارچگی کرده بود به‌طوری که در این کشور که معمولاً در زمان انتخابات نیز نوعی آرامش حاکم است، طرفداران دموکراتها و جمهوریخواهان عملاً در مقابل هم موضع‌گیری و صف‌آرایی کرده بودند که همین مسأله نشان از جدی بودن مسأله و رقابت سخت آنها داشت.

سیستم انتخاباتی آمریکا به‌گونه‌ای است که برخی اعتقاد دارند که رأی اکثریت مردم در آن تعیین‌کننده نیست، زیرا در این کشور آرای الکترال برنده اصلی انتخابات ریاست جمهوری را مشخص می‌سازد و هریک از کاندیداها توانست آرای الکترال بیشتری به دست آورد، پیروز انتخابات معرفی می‌شود.

در آمریکا به تعداد سناتورها و اعضای مجلس نمایندگان این کشور کارت الکترال وجود دارد، به این ترتیب که هر ایالت دارای دو سناتور در مجلس سنا است، بنابراین هر ایالت دارای دو کارت الکترال است. همچنین مجلس نمایندگان آمریکا دارای ۴۳۵ نماینده است که از ایالتهای مختلف با توجه به تعداد جمعیت و سهمیه‌بندی جمعیتی انتخاب می‌شوند.

در این میان منطقه «**واشنگتن دی ـ سی**»نیز دارای سه نماینده در مجلس نمایندگان است، به این ترتیب تعداد کارتهای الکترال در سرتاسر آمریکا به ۵۳۸ کارت می‌رسد که شامل یکصد کارت سناتورها، سه کارت منطقه واشنگتن و ۴۳۵ کارت نمایندگان مجلس می‌شود.

ولی جالب توجه این مسأله است که اگر هر حزب و کاندیدا اکثریت آرای یک ایالت را به دست آورد، تمام کارتهای الکترال آن ایالت دراختیار کاندیدای مزبور قرار می‌گیرد، لذا در آمریکا این‌گونه نیست که تمام آرا به صورت جداگانه خوانده شده و هر کسی بیشترین رأی را از آن خود کرد، پیروز در انتخابات معرفی شود، بلکه هر کس توانست کارت الکترال بیشتری به دست آورد، رئیس جمهور می‌شود.

پیروزی بدون دخالت دادگاه

یک رئیس جمهور باید حداقل ۲۷۰ کارت الکترال را از آن خود کند تا بتواند بر رقیب مقابل پیروز شود، لذا جورج بوش توانست در این انتخابات بیش از ۲۷۰ کارت الکترال به دست آورد که دور از انتظار بود.

رقابت سنگین و شانه به شانه بوش و جان کری این ذهنیت را به‌وجود آورده بود که انتخابات سال ۲۰۰۴ نیز نظیر انتخابات دوره قبل در سال ۲۰۰۰ که میان بوش و ال‌گور از حزب دموکرات برگزار شد به دلیل نامشخص بودن تعداد آرا و رقابت نزدیک آنها، مدتی طول بکشد و اعلام نتایج به آسانی میسر نباشد.

در انتخابات سال ۲۰۰۰ درنهایت پس از کشمکش‌های بسیار، دادگاه درباره برنده، تصمیم‌گیری کرده و بوش و جمهوریخواهان را

برنده معرفی کرد. به همین دلیل در انتخابات اخیر طرفین از طرفداران خود می‌خواستند با آرای قاطع برنده را مشخص سازند تا نیازی به شمارش مجدد آرا و دخالت دادگاهها نباشد.

پیروزی بوش درحقیقت تأیید سیاستهای اوست که در داخل آمریکا و جهان شاهدیم. اگرچه یکی از روشهایی که دموکراتها و جان کری در زمان مبارزات انتخاباتی پیش گرفته بودند، بی‌اعتبار کردن این سیاستها خصوصاً درباره عراق، افغانستان، ایران و مبارزه با تروریسم بود، اما آرایی که به دست آمد، نشان داد که مردم آمریکا از این سیاستها چندان ناراضی نبوده و چشم‌پوشی نکرده‌اند. هرچند روشی که بوش درپیش گرفت با اعتراضاتی حتی در داخل آمریکا همراه بود، ولی این اعتراضات به گونه‌ای نبود که او را وادار به تجدیدنظر در سیاستها بکند.

مخالفت در قاطعیت

البته یک مسأله نیز در این میان حائز اهمیت است و اینکه اگر کری از برخی سیاستهای بوش انتقاد کرد، این انتقادات به منزله نفی آنها نبود، بلکه کری معتقد بود که در برخی زمینه‌ها مثلاً در ارتباط با بن‌لادن و مبارزه با تروریسم باید قاطع‌تر عمل می‌شد و اجازه داده نمی‌شد، بن لادن از کوههای **«تورابورا»** در افغانستان بگریزد. و یا اینکه هیچ‌گاه کری اعلام نکرد که نیروهای نظامی آمریکا را از عراق و افغانستان خارج کرده و دست از دمکراتیزه کردن! این کشورها برخواهد داشت.

در دهمین سال پادشاهی
ناصرالدین شاه قرارداد
دوستی و سیاسی میان ایران
و آمریکا امضا شد

یکی از مهمترین محورهای تبلیغاتی آن دو در جریان مبارزات انتخاباتی، وضعیت ایران و فعالیت‌های هسته‌ای این کشور بود.

هریک از طرفین، دیدگاههای خاصی درباره ایران بیان می‌کردند و در داخل کشور نیز آنها طرفدارانی برای خود دست و پا کرده بودند. این مسأله نشان از اهمیت ایران در برنامه خاورمیانه‌ای آمریکا داشت.

انتخابات ریاست جمهوری آمریکا و رقابت میان **جان کری و جورج بوش** از احزاب دموکرات و جمهوریخواه برخلاف تمام انتخابات و جابه‌جایی چهره‌ها که در گوشه و کنار جهان حتی در همسایگی ایران شاهدیم از سوی افکار عمومی کشورمان با جدیت پی‌گیری شده و چشم‌های بسیاری متوجه آن بود.

در صورتی که در سالهای قبل از انقلاب، اگرچه ایران نگاهی به انتخابات آمریکا داشت و از یک کاندیدا و یا حزب در برخی مقاطع حمایت و پشتیبانی می‌کرد، ولی این حمایتها و نگاهها ماهیت مردمی نداشت و دربار و هیأت حاکمه سعی داشتند با یک حزب و کاندیدا ارتباط برقرار کرده و به نفع او وارد صحنه شوند، به‌طوری که گفته می‌شود، در انتخابات سال ۱۹۷۶ آمریکا، میان **جرالد فورد** از حزب جمهوریخواه و **جیمی کارتر** از حزب دموکرات، شاه ایران و دربار از جمهوریخواهان حمایت کرده و تمایل خود را به ادامه ریاست جمهوری جرالد فورد که پس از ماجرای رسوایی واترگیت جانشین **ریچارد نیکسون** شده بود، ابراز کرده بود، زیرا از شعارهای کارتر درباره حقوق بشر نگران بوده و او را مخالف سیاستهای خود می‌دانست، هرچند درنهایت نیز کارتر درپی سفر به تهران خود را با ایران آن زمان، هماهنگ و همراه ساخت، ولی این رابطه با اوج‌گیری انقلاب در ایران به وخامت گرایید.

دو حادثه مهم

در زمان ریاست جمهوری جیمی کارتر دو حادثه مهم در ارتباط با ایران اتفاق افتاد که بسیار حائز اهمیت است.

حادثه اول پیروزی انقلاب اسلامی و سقوط نظام پادشاهی در ایران بود که سبب از دست رفتن یک متحد آمریکا در منطقه استراتژیک خاورمیانه و خلیج فارس گردید.

حادثه دوم نیز گروگان گرفتن دیپلماتهای آمریکایی در سفارت این کشور در تهران توسط دانشجویان پیرو خط امام بود که به قطع رابطه دو کشور انجامید که تنش میان تهران و واشنگتن را افزایش داده و درحقیقت ایران و آمریکا را رویاروی هم قرار داد. درحالی که این تصور به وجود آمده بود که پس از پیروزی انقلاب، آمریکا به واقعیت‌های ایران جدید پی برده و درصدد اصلاح روشهای خود درقبال ایران اسلامی باشد. اما حوادث بعدی نشان داد که دو کشور در دو مسیر جداگانه حرکت کرده و روزبه‌روز از همدیگر دور می‌شوند.

ایران و پارامتر انتخاباتی

در این شرایط بود که انتخابات ریاست جمهوری در آمریکا نیز برای مردم اهمیت پیدا کرد و آنها همراه با دولت و حکومت، مبارزات انتخاباتی آمریکا را پی گرفته و نظریات مثبت و منفی درباره کاندیداها بیان می‌کردند.

البته این مسأله یکجانبه نبود و کاندیداهای ریاست جمهوری آمریکا نیز طی این سالها به ایران توجه داشته و وضعیت آن را به عنوان یک پارامتر انتخاباتی مورد توجه قرار داده بودند. به‌طور مثال رابطه با تهران، فعالیت‌های هسته‌ای ایران و چگونگی برخورد با ایران از محورها و پارامترهای مهم مبارزات انتخاباتی بوش و جان کری بود و آنها سعی داشتند با اتخاذ مواضع حاد و تند علیه ایران، آرای مخالفان تهران را درمیان مردم آمریکا به سوی خود جلب کنند.

این مسأله بیانگر این واقعیت است که در سالهای پس از پیروزی انقلاب، وضعیت ایران و آمریکا و رؤسای جمهوری دو کشور برای طرفین اهمیت یافته و آنها نسبت به این مسائل حساس شده‌اند.

پس از پیروزی انقلاب تاکنون **رونالد ریگان، جورج بوش** پدر، بیل کلینتون و جورج بوش پسر قدت را در آمریکا در دست داشته‌اند. در این سالها به استثنای هشت سالی که بیل کلینتون از حزب دموکرات قدرت را در آمریکا در دست داشت، در بقیه سالها قدرت از آن جمهوریخواهان بوده و این حزب و گروه کنترل کاخ سفید را در دست داشته است.

در این سالها هرچند در زمان ریاست جمهوری بیل کلینتون و دموکراتها اندک گشایشی در روابط دو کشور به وجود آمد، ولی ایران و آمریکا همواره علیه هم جوسازی و تبلیغ کرده و در مقابل یکدیگر صف‌آرایی نموده بودند.

در دو دهه گذشته اهمیت ایران برای آمریکا بیشتر شد و واشنگتن درصدد برآمد به‌گونه‌ای با تهران به تعامل برسد.

سفر هیأت آمریکایی به ریاست **مک فارلین** در زمان ریگان و ماجرای ایران کنترا این واقعیت را آشکار ساخت که دو کشور با وجود چالشها و کشمکش‌ها، نیم نگاهی نیز به رفع مشکلات و نارسایی‌ها داشته و مایل بودند اختلافات جای خود را به دوستی و همکاری بدهد، ولی در این میان آنچه مانع نزدیکی و آشتی دو کشور شده، دیوار بلند بی‌اعتمادی بوده که میان آنها کشیده شده است.

در دوران قبل از انقلاب، ایران از طریق کمک‌های مالی که دراختیار کاندیدا و حزب موردنظر قرار می‌داد، سعی می‌کرد در انتخابات تأثیرگذار بوده و نقش تعیین‌کننده داشته باشد، اما در سالهای اخیر خصوصاً در انتخاب بین بوش و جان کری، ایرانی‌ها فقط خواسته‌هایی داشتند که این خواسته‌ها نمی‌توانست بر روی دیدگاههای مردم آمریکا و رأی‌دهندگان آمریکایی تأثیر مثبت یا منفی داشته باشد.

در این میان توجه به یک واقعیت ضروری است. اینکه هیچ تفاوتی بین دموکراتها و جمهوریخواهان وجود ندارد و آنها در سیاست خارجی، تا حدودی مشابه یکدیگر عمل کرده و در یک راستا حرکت می‌کنند.

َفقط منافع ملی آمریکا

نگاهی به روابط ایران با آمریکا مؤید این مسأله است که ایران هم در زمان دموکراتها و هم جموریخواهان دارای مشکلاتی با واشنگتن بوده و یا حمایت آنها را جلب کرده است به همین دلیل نمی‌توان ادعا کرد، دموکراتها طرفدار ایران هستند یا جمهوریخواهان، بلکه باید به این واقعیت توجه کرد که برای رؤسای جمهوری و احزاب آمریکا آنچه اهمیت دارد، منافع ملی این کشور است. اگر آمریکا به افغانستان و عراق حمله کرده و اقدام به اشغال این دو کشور و سرنگونی رژیمهای آنها می‌کند و یا وقتی که ارتش آمریکا به کویت لشکرکشی کرده و این شیخ‌نشین را از اشغال عراقی‌ها خارج می‌سازد، ابتدا منافع خود را درنظر گرفته، سپس به موارد دیگر توجه می‌کند.

به همین دلیل با جرأت باید اعلام کرد، اگر حادثه ۱۱ سپتامبر اتفاق نمی‌افتاد و **بن لادن و القاعده** حملات خود را به واشنگتن و نیویورک صورت نمی‌دادند، هیچ حمله‌ای به افغانستان و عراق صورت نمی‌گرفت.

نگاهی به آنچه جورج بوش در مبارزات انتخاباتی خود در سال ۲۰۰۰ با ال‌گور کاندیدای دموکراتها بیان کرد با مسائلی که در ماههای اخیر از سوی بوش و جان کری عنوان شده، این واقعیت را آشکار می‌سازد که محورهای تبلیغاتی در فاصله چهار سال گذشته، تفاوت اساسی کرده است. به‌طوری که امروزه وضعیت خاورمیانه، فعالیت‌های هسته‌ای ایران و اوضاع عراق و افغانستان تا حدودی بر روی این تبلیغات سایه انداخته است. درحالی که چهار سال قبل، شرایط متفاوت بود و خبری از اقدامات تروریستی القاعده نبود.

اوضاع خلیج فارس و خاورمیانه پس از حوادث سال ۱۹۹۱ و حمله عراق به کویت مورد توجه جامعه جهانی قرار گرفت.

بقیه در صفحه ۳۱

کسی که زبانش را نگه دارد، دانشش افزون شود
•حضرت امیر(ع)

سه‌گانه

کیان فولادی

◄در حالیکه نمایندگان مردم، معتقدند دولت برای سال آینده نباید کالایی را بیش از ۵ درصد گران کند، یکی از دولتمردان قصددارد پیشنهاد آزادسازی قیمتها را ارائه کند

بلیط گرانتر، کشته کمتر

چند ساعت پس از آنکه نمایندگان مجلس خبر از طرحی دادند که طبق آن درست در سال آینده، اجازه اضافه کردن بهای هیچ کالایی را بیشتر از ۵ درصد بهای آن ندارد. مدیر کل سازمان راهداری کشور، به رسانه‌ها اطلاع داد که قصد دارد به دولت پیشنهادی ارائه دهد که بر اساس آن اتوبوسهای بین شهری اجازه داشته باشند، بهای بلیط را خودشان تعیین کنند.

ایشان البته برای این پیشنهاد، دلایل پسندیده‌ای هم ذکر می‌کنند، از جمله اینکه: بسیاری از تصادفات بین جاده‌ای، در اثر فرسودگی و تمام شدن عمر مفید اتوبوسهایی است که از دهها سال قبل، در این مسیرها کار می‌کنند. از طرف دیگر، صاحبان این خودروها که اتوبوسهاشان را بیشتر از ۷ یا ۸ میلیون تومان نمی‌خرند، از توانایی مالی برای کنار گذاردن این اتوبوسهای قدیمی و خرید اتوبوسهای جدید که قیمتی حدود یکصد میلیون تومان دارند، بی بهره‌اند و این باعث شده که بسیاری از صاحبان این خودروها با تحمل احتمال حوادث جاده‌ای، حتی از جان خود بگذرند ولی همچنان با اتوبوسهای قدیمی کار کنند. به این دلیل اگر صاحبان شرکتهای اتوبوسرانی، بتوانند قیمت‌های بلیط را خودشان تعیین کنند، درآمد بیشتری نصیب صاحبان اتوبوس خواهد شد و تعداد بیشتری از آنها مایل به خرید خودروهای جدید خواهند بود و تا چند سال دیگر، از تعداد حوادث دردناک جاده‌ای کاسته خواهد شد. علاوه بر این ایشان معتقدند اگر این قیمتها آزاد باشد، صاحبان شرکتهای مسافربری، در رقابت با یکدیگر قرار خواهند گرفت و بر خلاف اینکه ممکن است تصور شود با آزاد شدن بهای بلیط، قیمتها افزایش فراوانی خواهد داشت، قیمتها به نفع مسافر تعدیل شده و روند افزایش غیر متعادلی نخواهد یافت.

ظاهراً اینگونه که از سخنان این مدیر کل محترم پیداست، سال ۸۳ آخرین سالی است که بهای اتوبوسها را دولت تعیین می‌کند، و از سال آینده وقت آمدن اتوبوسهای نو با قیمتهای نو! خواهد بود. قیمتهایی که به گفته این مدیر کل، زیادتر می‌شوند تا تعداد کشته‌های جاده‌ها کمتر شود. از سوی دیگر ظاهراً نمایندگان مردم این شیوه جلوگیری از تلفات جاده‌ای را نمی‌پسندند و معتقدند، دولت به هیچ وجه نباید قیمتها را از ۵ درصد گرانتر کند.

اما اگر شما هم کمی بیشتر دقت کنید، خواهید دانست که به کدام یک از این حرفها نباید چندان اعتماد کرد و گفتهٔ کدام طرف، از حرف به عمل تبدیل خواهد شد!

کسانی که مخفیانه متولد می‌شوند

شاید به ذهن کمتر کسی برسد که در میان کودکان ایرانی، «ده هزار نفر» هستند که شناسنامه ندارند! این عدد را چند روز قبل سازمان ثبت احوال کشور منتشر کرده و از این طریق خواسته تا هشداری به کسانی که این خبر را می‌شنوند داده باشد. چراکه همین سازمان در توضیح این خبر، علت اصلی این مطلب را «ازدواجهای موقت» می‌داند.

تا اواسط دهه ۷۰ شمسی، طبق قانون، کسانی که قصد ازدواج موقت داشتند، باید آنرا در دفاتر رسمی ازدواج به ثبت می‌رساندند. این الزام قانونی باعث می‌شد تا کسانی که قصد انجام ازدواج به طور موقت را داشتند، از نظر قانون شناخته شوند و احیاناً اگر فرزندی ثمره این ازدواج بود، شناسایی قانونی این نوزاد بدون مشکلی انجام گیرد.

اما در عمل اتفاق دیگری افتاد و اکثریت افرادی که تمایلی به ازدواج موقت داشتند، به دلایل مختلفی، علاقه‌ای به ثبت این واقعه در دفاتر رسمی ازدواج از خود نشان ندادند. به این ترتیب، اغلب ازدواجهای موقت در ایران، تنها با طی شدن مراحل شرعی آن و جاری شدن خطبه ازدواج موقت میان زوجین اتفاق می‌افتاد و حتی در موارد بسیاری غیر از زوجین و کسی که خطبه عقد ازدواج موقت را میان آنها جاری می‌کرد، کسی از این ازدواج مطلع نمی‌شد. البته زوجهایی که پس از ازدواج موقت، نسبت به ثبت قانونی آن اقدام نمی‌کردند، یک توجیه محکم هم برای این کار در اختیار داشتند و آن جایگاه نه چندان خوشایند این نوع ازدواج در عرف اجتماع بود و این

زوجها، این را حق خود می‌دانستند که با پنهان کردن این عقد ازدواج از جامعه، مورد نکوهش یا طعنهٔ دیگران قرار نگیرند، در چنین شرایطی بود که چند سال قبل، هنگامی که قانونگذار ایران متوجه شد که این حکم او که «تمام ازدواجهای موقت باید در دفاتر رسمی ازدواج ثبت شود» مورد بی‌توجهی مردم قرار گرفته و از سوی دیگر به خاطر وجهه این شرط قانونی عده‌ای از ازدواج موقت منصرف شده و راههای دیگری را برگزیده‌اند، قانون را تغییر داد و تنها ازدواجهای دائم را مشروط به ثبت در دفاتر ازدواج دانست. این تغییر عقیدهٔ قانونگذار و این تغییر قانون، البته موجبات خرسندی کسانی را فراهم کرد که قصد داشتند به طور موقت ازدواج کنند ولی ناخواسته اشکالی بزرگتر ایجاد کرد که اینروزها سازمان ثبت احوال را به دردسری بزرگ گرفتار کرده است. چرا که ازدواجهای موقت پس از این تغییر قانون، رو به فزونی گذاشت تا آنجا که سازمان ثبت تعداد ازدواجهای موقت انجام شده در سال ۸۲ را «۲۰۰ درصد»، بیشتر از سال ۸۱ ارزیابی کرده است و البته آنچه این سازمان را گرفتار کرده نه افزایش تعداد این ازدواجها بلکه فرزندان بسیاری است که در نتیجه این ازدواجها متولد می‌شوند اما به دلیل ثبت نشدن واقعهٔ ازدواج میان پدران و مادران این نوزادان، شناسنامه‌ای هم برای این فرزندان صادر نمی‌شود. چرا که از سویی سازمان ثبت احوال که متصدی آمار متولدین و ساماندهی آنهاست، اصولاً از وقوع ازدواج میان پدر و مادر این نوزادان، با خبر نمی‌شود و از سوی دیگر تعدادی از این زوجها نیز به دلیل اختلافاتی که پس از تولد نوزاد ایجاد می‌شود، حاضر به معرفی خود به مراکز قانونی و تنظیم درخواست صدور شناسنامه برای نوزاد نیستند. در چنین اوضاعی، پدر یا مادر این نوزاد هر چند صورت مساله را برای خود پاک کرده و اصلاً شناسنامه‌ای برای نوزاد نمی‌گیرد، ولی اشکالات بیشماری، پس از چند سال گریبان کودکی را می‌گیرد، که بی هیچ گناهی از داشتن شناسنامه محروم مانده و به دنبال آن، هر روز که بزرگتر می‌شود، مشکلی جدیدترو جدی‌تر مقابلش قرار می‌گیرد. تعداد این کودکان که امروز به ده هزار رسیده، بی‌تردید در آینده باز هم بیشتر خواهد شد و در روزی که چندان هم دور نیست، دولت با هزاران شهروند ایرانی مواجه خواهد شد که نه می‌توانند در یک مرکز دولتی ثبت نام کنند، نه می‌توانند استخدام شوند، نه می‌توانند گذرنامه و کوپن و دفترچه بیمه داشته باشند و نه.... جلوگیری از وقوع ازدواج موقت نیز ممکن نیست تا از این طریق، دست کم بر تعداد این ایرانیان بی‌شناسنامه افزوده نشود. به این ترتیب ظاهراً اولین اقدام دولت برای مقابله با این مشکل، برگرداندن وضع به شرایط گذشته است تا از طریق اجباری شدن ثبت ازدواجهای موقت، اولاً تعداد بیشتری از این نوزادان، امکان گرفتن شناسنامه داشته باشند و ثانیاً با آگاهی دادن هر چه بیشتر به جامعه، کسانی که قصد ازدواج موقت دارند، بیشتر با تبعات و آثار آن آشنا شوند و بتوانند تصمیم صحیحتر و مفیدتری برای خود و فرزندان آینده بگیرند.

◄ده هزار کودک امروز گرفتار مشکلاتی شده‌اند که تنها علتش آن است که پدرها و مادرهایشان، ازدواجشان را به کسی اطلاع نداده بودند

◄آن شوق و اشتیاق و این غفلت و بی‌توجهی، این نوع مرگ جدید را به ایران هم آورده است

یک مرگ جدید

هر روز در این کشور دوست داشتنی، هزاران نفر به دنیا می‌آیند و هزاران نفر هم از دنیا می‌روند. آنها که می‌روند اما هر یک به علتی و حادثه‌ای، و اینچنین است که به تعداد کسانی که از دنیا می‌روند، علت فوت وجود دارد. اما مدتی است که به انواع و اقسام علتهای فوت در ایران، یک علت دیگر هم اضافه شده و آن فوت به خاطر عمل جراحی «لیپوساکشن» است.

از چند سال قبل در جهان روشی اختراع شد که یکی از مشکلات قدیمی و سخت علاج بشر، ظرف مدت کوتاهی درمان می‌شد. پزشکان، پس از مدتها تحقیق، متوجه شدند که می‌توان برای درمان چاقی افراد چاق، به جای آنکه کم شدن وزن بدن و چربیهای اضافی را بر عهدهٔ بدن فرد چاق بگذاریم تا تحت تاثیر رژیمهای غذایی سخت و طولانی و یا فعالیتهای ورزشی مداوم و موقت دیگر، از حجم آن کاسته شود، این کم کردن چربیها را بر عهدهٔ پزشکی حاذق و استاد گذارد تا به کمک یک چاقوی تیز جراحی، بدن فرد چاق را بشکافدو چربیهای اضافه را از زیر پوست بیرون بکشد. به این وسیله، فرد چاق، قبل از عمل جراحی، از دیدن خود در آیینه، ناراحت و افسرده می‌شد، در حالیکه پس از چند ساعت، هنگامی که به آینه نگاه می‌کرد، امیدوار و راضی، به دنبال کسانی می‌گشت، که از این اتفاق مهم، با آنها حرف بزند! و پزشکان ایرانی، هر چند با اندکی تاخیر اما سرانجام وسایل و دانش لازم برای این کار را به ایران آوردند و در آگهیهای تبلیغاتی، به ایرانیان چاق وعده دادند که اگر کمی دست از سر پولهای داخل جیبشان بردارند، آنگاه پزشکان ایرانی هم می‌توانند، ظرف چند ساعت، شر چربیهای اضافی را از سر آنها کوتاه کنند! از سوی دیگر از آنجاکه تعداد ایرانیان چاقی که از امکانات مالی خوبی هم برخوردارند، کم نبود، در فرصت اندکی، انجام عمل جراحی «لیپوساکشن» به یک عمل شناخته شده و عادی تبدیل شد. تا آنجاکه عده‌ای هم در این میان به فکر سوء استفاده از این موقعیت افتادند و بی‌آنکه تخصص و تجربهٔ کافی برای انجام این عمل جراحی دقیق را داشته باشند، چند هزار تومانی برای تبلیغ خود خرج کردند و ده‌ها مشتری را به سمت خود جلب کردند. مشتریان ساده دل و بی‌خبری که شوق به دست آوردن تناسب اندام و رهایی از چاقی در چند ساعت، آنها را از دقت و وسواس لازم در انتخاب پزشک و جراح غافل کرد. نتیجهٔ این بی‌توجهی و غفلت از سویی و آن شوق و اشتیاق از سوی دیگر، آن شده است که به گفته رئیس انجمن پزشکان متخصص ایران، روزانه حدود ۵۰ عمل لیپوساکشن در ایران انجام می‌گیرد و از این تعداد ۲ نفر، در حین عمل یا در اثر تبعات پس از آن، جان خود را از دست می‌دهند. یعنی یک نوع مرگ دیگر به انواع فوت ایرانیان اضافه شده و آن، فوت به علت عمل جراحی لیپوساکشن است. مرگی که اگر ایرانیان چاق و خانواده‌هایشان مراقب نباشند، خدای ناکرده شاید گریبان آنها را نیز بگیرد. ■

آنکه از روزگار تجربه آموخت هرگز فریب جاهلان نخورد

● امام حسن(ع)

گزارشی از یک اردوی دانش‌آموزی در رامسر

هزار توی اردوی

اردو و اردو رفتن‌های تابستانی برای دانش‌آموزها همیشه یک کار جذاب و خوب بوده ولی اینکه یه معلم باذوق بیاد و تمام کم و کیف یک اردوی دانش‌آموزی رو به تحریر دربیاره یک کار جالب و جدیده، چون شاید خیلی از پدرها و مادرها بعد از خوندن این مطلب دیگه نگذارند بچه‌هاشون به اردو برن و شاید هم برعکس خیلی از پدرها و مادرها با رفتن به اردوی بچه‌هاشون موافقت کنن حالا بهتره اول خودتون بخونید تا بعد تصمیم بگیرید...

اینجا اردوگاه رامسر است

آن روز که زنگ تلفنم به صدا درآمد با آرامش گوشی را برداشتم. خانم... که از همکاران و دوستانم بود پشت خط با خنده و سلام گفت:

سلام گرگ بی‌طمع نیست!

من که تابستانهای قبل او را همراهی کرده بودم سریع گفتم: اردوی رامسر؟

- آره، من به آقای... گفتم فقط با تو راحتم، هستی یا نه؟

بعد از مکثی کوتاه و پرسیدن اطلاعات اولیه درباره تاریخ رفت و برگشت و غیره بدون معطلی آمادگی خودم را اعلام کردم و بعد از گذاشتن گوشی، با خودم فکر کردم: وای خدا بدادم برسه...

باز هم یک هفته سربازی با بچه‌های راهنمایی!

البته یادم رفت برای شما بگم که این اردوها همه ساله تابستان برای دو گروه مقطع راهنمایی و متوسطه برگزار می‌شد. من نیز امسال مثل گذشته به عنوان مسوول فرهنگی این گروه که دانش‌آموزان راهنمایی بودند، همراهشان رفتم. از شما چه پنهان که دلم برای شیطنت تنگ شده بود! ولی بهتر دیدم که با استفاده از این فرصت بروم و مطلبی هم برای شما بنویسم پس...

پیش بسوی اردوگاه!

صبح زود یک روز تعطیل و بیرون رفتن از خانه، آن هم با ساک... در هرحال راهی محل موردنظر گروه شدم. دانش‌آموزان با وسایل سنگین خود و خوراکیهای شکم پرکن و بی‌خاصیت هن و هن‌کنان همراه والدین با اعضای دیگر خانواده در محل حاضر می‌شدند. سعی می‌کردم چهره‌ها و اسم‌ها را طبق عادت قبلیم خیلی زود یاد بگیرم تا بتوانند از همین امروز با من احساس راحتی کنند. هفتاد و سه دانش‌آموز و سه مربی کمی مشکل می‌نمود. در مقابل دیدگان این بچه‌های معصوم قرار گرفتم، خودم را معرفی کردم و اون حرفهای همیشگی که همه می‌گن!... خلاصه با گروه‌بندی کردن آنها و جا دادن وسایلشان در اتوبوسها حرکت کردیم. در این فکر بودم که بعضی از والدین با تعجب خاصی و یا بهتر بگویم شک و تردید مرا نگاه می‌کردند و از خود می‌پرسیدند...

او می‌تونه از بچه‌های ما مراقبت کنه؟

البته من با اطمینان خاطر و تجربه کافی از قبل راهی شده بودم و تا یک لحظه از خود غافل شدم دریافتم که از تهران طاقت‌فرسا بیرون هستیم.

با توقف کوتاهی که در میانه راه برای نهار و نماز داشتیم به سوی مقصد براه افتادیم و حدوداً پانزده کیلومتر مانده به اردوگاه، اتوبوس ایستاد، فکر کردیم چی شده؟ که راننده با آرامش گفت: ماشین خراب شده! تصور کنید با اون خستگی و گرمای نسبی هوا چه حالی شدیم. غرغر بچه‌ها بماند. با اتوبوس قبلی تماس گرفتیم، قرار شد بعد از پیاده کردن بچه‌های دیگر، برگردد ما را سوار کند. حالا باید دوباره اسباب و اثاثیه بچه‌ها را بیرون آورده و برای این راه کوتاه داخل اتوبوس دیگه می‌گذاشتیم. خلاصه با هزار مصیبت و سختی، غرغر کردن دانش‌آموزان و شکایت از آموزش و پرورش که چرا این همه پول گرفته‌اند و اتوبوس خراب دراختیارشان گذاشته‌اند، جابجا شدیم و بعد از مدت کوتاهی به اردوگاه شهید رجایی رامسر رسیدیم.

ماجرای شب اول

... بعد از کلی دوندگی و فعالیت، حدود یکساعتی بود به خواب رفته بودم که از خواب پریدم و به زحمت در آن تاریکی ساعتم را دیدم که سه بامداد را نشان می‌داد.

به قدری سردم شده بود، طوری که پتوی سربازی روی تخت هم، کاری از عهده‌اش برنمی‌آمد. در این فکرها بودم که صدای بلندی به گوشم خورد و گفت:

یه خبر خوب و تا سرم را برگرداندم یکی از بچه‌ها را دیدم که در خواب عمیق این را فریاد زد!

پس با خودم گفتم: خدا آخر عاقبت منو به خیر کند، اولین شب اینه، شبهای دیگه چه خواهد بود؟ اما اگر حقیقت را بخواهید، به شدت خنده‌ام گرفته بود، برای همین خودم را به بیرون چادر رساندم و مثل دیوانه‌ها در این نیمه شب خندیدم.

راستش این جمله «یه خبر خوب» را به فال نیک گرفتم تا اینکه صبح شد و...

کوه تمساح

ساعت پنج صبح با بیدارباش مسوولین پادگان! ببخشید اردوگاه بچه‌ها را به زور بیدار کردیم، باور کنید هر کدامشان را حداقل ۱۰ بار صدا می‌کردم، ولی در آن موقع اگه موشک کروز هم درمی‌کردیم بیدار نمی‌شدن چه رسد به توپ.

برنامه روز اول بعد از نماز و ورزش، صبحگاه و صرف صبحانه رفتن به کوه بود، جالبه بدانید که پشت اردوگاه کوهی به شکل تمساح وجود دارد که دوستان خوش ذوق کوهنوردمان آن را آماده‌سازی کردن و هر سال دانش‌آموزانی که به این اردو می‌روند، حتماً به این کوه سری می‌زنند.

> **گروهی که امشب برنامه دارند می‌خواهند با پذیرایی شربت ما را سرگرم کنند که برنامه‌های آبکی آنها را متوجه نشویم!!**

ما هم بعد از آماده شدن به سوی کوه تمساح حرکت کردیم و خانم مربی بهداشت که همراهمان بود توصیه کردند که بچه‌ها اگه کسی تا حالا کوه نرفته و می‌دونه حالش بد می‌شه نیاد!

اما در هر صورت راه افتادیم و نیمه‌های مسیر را طی کرده بودیم که این نوجوانان آینده‌ساز کشورمان به هن و هن افتادن و شروع به نق زدن کردن که چقدر سخته، من دیگه نمی‌تونم حالم بد شد، خانم می‌شه من اینجا بمونم و خلاصه من هم با تمام انرژی و نیرویم با او رفتم و به هیچ‌کدام، توجه خاصی نمی‌کردم و تقریباً با یک لبخند که تحویلشان می‌دادم آنها را مجبور به ادامه دادن کردم، مربیان دیگه هم که با فاصله‌ای پشت سر من بودن به آرامی آنها را تشویق می‌کردن. در راه هر چقدر سعی کردم که بچه‌ها را شاداب نگه دارم و با سرود و لطیفه بخندانم متأسفانه زیاد موفق نشدم، براستی که اینها بچه‌های روغن نباتی‌خور هستند!

شاید هم به این روش عادت کردن!! کاش می‌شد روش شاد زیستن و بخود پرداختن را به بچه‌هامان

مدرسه‌ها

✓عکس و گزارش از: فرنیا خدادادی

از همان ابتدای رشد بیاموزیم.

در راه برگشت از کوه هم چند تا از بچه‌ها به زمین خوردند، ولی خوشبختانه اتفاق مهمی رخ نداد و همگی سالم به اردوگاه (یا به قول بچه‌ها زندان آلکاتراس) برگشتند.

کباب یا لاستیک!!

جاتون خالی، شب اول شام کباب کوبیده مخصوص بود. ریحانه دانش‌آموز سال سوم راهنمایی با چشمان مشکی و ابروان بهم پیوسته‌اش و چهره‌ای جدی اومد پیش من و گفت: خانم این چه شامی بود کباب بود یا لاستیک؟ بخدا دل‌درد گرفتم.

در اینجا بود که اول یک آفرین به‌خودم گفتم که کباب نخوردم، بعد هم یک آفرین به آقای آشپزباشی که تونسته بود با گوشتهای چندین سال پیش همچین کبابهایی را درست کند. ولی بی‌انصافی نکنم بعضی غذاها عالی بود.

بلند شدم در چادر را کنار کشیدم تمام تختها خالی بود. تازه فهمیدم بچه‌ها از پشت چادر بیرون رفتن و لامپ را خاموش کردن که ما متوجه نشویم

اما ما ایرانی‌ها یک کمی هم پرتوقع هستیم و ریزبین، چرا که می‌گن.

هر چقدر پول بدی آش می‌خوری. گذشته از اینها نمی‌دانم، در طی دو روز یا سه روز آیا می‌شود چیزی یاد گرفت، آن هم یک کار هنری یا نه!؟

اما آنهایی که مثل من علاقه خاصی به عروسک‌سازی و گل چینی و چه میدونم این‌جور چیزها ندارن اگه یکسال هم وقت داشته باشند یاد نمی‌گیرند، اگر هم بگیرند فایده ندارد. اما برای بچه‌هایی که باذوق هستن شاید بشود کاری کرد.

آمفی‌تئاتر با لیوان!!

برنامه شامگاه، رفتن به آمفی‌تئاتر که محل تردد آقایان نیز بود از جمله برنامه‌های این اردو بود و بچه‌ها مجبور بودن بعد از فعالیت زیاد روزانه، شال و کلاه کنند و با حجاب به آنجا بروند.

از بچه‌های آشفته و وارفته که مثل لشکر شکست خورده و لیوان بدست راهی این محل بودند پرسیدم:

✧بچه‌ها آمفی‌تئاتر و لیوان چه ربطی بهم دارد؟

✧ ✧(یکی از آنها که درحال بستن دکمه‌های مانتوی کوتاهش بود و بسرعت روسریش را گره می‌زد گفت:) خیلی هم ربط داره!!

سکوت من او را وادار کرد ادامه دهد:

گروهی که امشب برنامه دارند می‌خواهند با پذیرایی شربت ما را سرگرم کنند که برنامه‌های آبکی آنها را متوجه نشویم!!

✧هنوز ندیده قضاوت می‌کنید؟

✧ ✧آخه شب قبل هم دیدیم، فقط تنها چیزی که در اینجا خوبه دست زدنها و پای کوبیدنهاست.

✧می‌دونی دوستهاتون چقدر زحمت کشیدن تا برنامه‌ها را آماده کنند؟

✧ ✧آره، ولی اگه یه جور دیگه باشه خوبه.

✧چه جوری، بزن و بکوب.

✧ ✧تقریباً بله، دوست داریم آزاد باشیم.

✧آزادی یعنی این!؟

✧ ✧ خوب آره باید به دل ما هم توجه کنند. ببینند ما چی دوست داریم. موزیک‌های شاد بگذارند.

✧این کارها را انجام بدن شما شاد می‌شوید؟

✧ ✧ آره، خانم داره دیر می‌شه ما می‌تونیم بریم؟

✧بله، برید.

گپهای شبانه و پنهانی

گپهای شبانه موقع خواب گل می‌کرد، طوری که چشم غره‌های مربیان و تذکر معین‌های انضباطی هم بی‌فایده بود.

معلم: مولکولها درحالت انبساط چه وضعی دارند؟

شاگرد: با هم قهرند!

نگاه معلم به دانش‌آموز = (فیلم) می‌خواهم زنده بمانم!

کیف مدرسه = محموله

پای تخته = قتلگاه

دانش‌آموزی که معلم از آنها سؤال می‌کند = قربانی

این لطیفه‌ها توسط بچه‌ها یکی پس از دیگری گفته می‌شد، یک عده که رعایت حال مرا داشتند خنده‌ای به آرامی و عده دیگر اصلاً یادشان می‌رفت که ساعت یک یا دو نیمه شبه.

یک شب که همراه مربیان دیگر برای برنامه‌ریزی فردای آن روز بیرون چادرها نشسته بودیم، یک لحظه به آنها گفتم بچه‌ها چقدر ساکتند! خوابیدن، اونها هم با تعجب گفتن نمی‌دونیم، شاید. بلند شدم در چادر را کنار کشیدم تمام تختها خالی بود. تازه فهمیدم بچه‌ها از پشت چادر بیرون رفتن و لامپ را خاموش کردن که ما متوجه نشویم.

هر سه مربی به شدت خندیدیم، حقیقتاً یک آفرین به همه آنها گفتم که فکرشون را به کار انداختن و متحد شده بودن! آفرین بچه‌های باهوش!! البته تصمیم گرفتیم که اصلاً به رویشان نیاوریم.

روزی دو هزار و پانصد تومان می گیرم!

از آنجایی که مرتب اردوگاه را گز می‌کردیم، گاهی برای کار، گاهی هم قدم زدن، متوجه شدم دختر خانم جوانی درحال جارو زدن محوطه است. توجه‌ام را جلب کرد بسویش رفتم سلام و خسته نباشی مرا با خنده‌ای پذیرفت:

✧اسمت چیه و چند سالته؟

✧ ✧ طاهره... ۱۹ ساله، دانشجوی سال اول رشته روانشناسی، دانشگاه دولتی.

✧کار و جارو کردن زیر این آفتاب باید سخت باشه، نه؟

✧ ✧بله، اما چون تابستانه و تقریباً بیکارم و از نظر اقتصادی هم کمکی می‌باشد و محیط هم فرهنگیه دوست دارم.

✧ سالهای قبل اینجا ندیدمت، بواسطه کسی اومدی؟

✧ ✧سالهای قبل جای دیگری کار می‌کردم، من تمام تابستانها را کار می‌کنم و فصل مدرسه درس می‌خوانم، باید خرج خودم را دربیاورم، هرچند درآمدش کم است. یکی از همسایه‌ها که اینجا می‌آید منو راهنمایی کرد که اینجا بیام.

✧طاهره تو فعالیت دیگه‌ای هم داری؟

✧ ✧بله، الان دو روز در هفته کلاس کامپیوتر می‌روم. البته از طرف بسیج محل می‌باشد و هزینه‌ای برام نداره.

✧چندتا خواهر و برادر داری؟ پدرت چکاره‌ست؟

✧ ✧ زیاد نیستیم، سه نفریم، یک برادر و یک خواهر دیگه هم دارم. پدرم کشاورزه البته زمین از آن پدرم نیست او فقط یک کارگر ساده است.

✧بقیه چکار می‌کنن؟ منظورم خواهر و برادرت می‌باشد؟

بقیه در صفحه ۵۵

خدایا! اگر تو با من باشی چه کسی می تواند علیه من باشد؟

رفتارها و واکنشها

یک ماجرای واقعی از اراده، ایمان و امید حتی برای کوچکترین آدمها

بزرگترین معجزه برای کوچکترین انسان

دکتر بهمن بهروزی

برنامه تلویزیونی

در پاییز سال ۲۰۰۲ جیل براون همسر پل، مشغول تماشای برنامه‌ای که از تلویزیون پخش می‌شد، بود. این برنامه تلویزیونی مستند درباره کودکانی سخن می‌گفت که از تومورهای مادرزادی بر روی چهره و صورت خود رنج می‌بردند. جیل براون که خود دوران بارداری را می‌گذراند، مانند هر مادر نگران دیگری، در آن لحظه به فکر نوزاد خود افتاد و با خود عهد کرد که اگر نوزاد او با چنین مشکلی متولد شود، قدرت تحمل آن را خواهد داشت.

جیل براون دختری قوی و باروحیه بود. او طی دوران تحصیل در دانشگاه عضویت تیم بسکتبال را داشت، ضمن آنکه صبوری و تحمل نیز از صفات برجسته جیل به‌شمار می‌رفت. اکنون جیل و پل سه سال از ازدواجشان می‌گذشت و درواقع این بارداری، اولین تجربه جیل محسوب نمی‌شد. اولین بارداری متأسفانه به از دست دادن جنین منجر شد، اما پزشکی که جیل را در دوران بارداری مجددش زیرنظر داشت به آنها گفته بود که همه چیز به‌خوبی پیش می‌رود و جای نگرانی نیست و به همین دلیل آنها بی‌صبرانه در انتظار تولد اولین فرزند خود بودند.

تولد اسلین

و سرانجام در شانزدهمین روز از ماه فوریه و به سال ۲۰۰۳ جیل براون، دختری زیبا و سالم به وزن سه کیلو و دویست گرم به دنیا آورد. پدر و مادر جوان که از خوشحالی در پوست خود نمی‌گنجیدند، نام اسلین را برای دختر خود انتخاب کردند. اسلین دختری با چشمان آبی و به غایت زیبا بود و هیچ مشکلی در او مشهود نبود.

اما در حدود یک هفته پس از آنکه جیل، اسلین را به خانه آورد، متوجه لکه‌ای قرمز رنگ در پشت سر نوزاد شد. جیل بلافاصله نوزاد را به نزد پزشک برد و پزشک هم هرگونه نگرانی را از ذهن پدر و مادر جوان زدود و به آنها گفت که این یک علامت تولد می‌باشد که برای همیشه با اسلین خواهد بود، اما خوشبختانه مکان علامت در پشت سر نوزاد به‌گونه‌ای است که به‌زودی توسط مو پوشانده خواهد شد.

غده‌ای در پشت کاسه سر این نوزاد روییده بود که همه متخصصان در درمان کردن آن ابراز ناتوانی کرده بودند و تنها پدر و مادری جوان و یک پزشک هنوز امید را از دست نداده بودند

مراسم غسل تعمید

چند هفته بعد جیل و پل طی یک میهمانی مفصل، مراسم غسل تعمید اسلین را جشن گرفته بودند. در این زمان لکه قرمز در پس سر اسلین بزرگتر شده و متورم به نظر می‌رسید و بیشتر به یک تاول بزرگ شباهت داشت، اما جیل که خود هر روز و هر ساعت را با اسلین گذرانده بود، طبیعتاً متوجه چنین تغییراتی نشده بود، و این واکنش میهمانان و بستگان حاضر در جشن بود که جیل را به خود آورد. آنها از وضعیت ایجاد شده در پس کاسه سر اسلین تعجب کرده بودند و جیل را متقاعد کردند تا در اسرع وقت نوزاد را به پزشک نشان دهد. جیل در ملاقات با پزشک، از او خواست تا یک متخصص پوست را که در رشته خود مجرب باشد به او معرفی کند و از همین لحظه بود که، گامهای اشتباهی برداشته شد.

تشخیص متخصص پوست

پزشک متخصص پوست پس از معاینه اسلین براین نظر بود که نوزاد مبتلا به یک مشکل جلدی موسوم به همانگیوما است. در این‌گونه مشکل شخص دچار توموری خوش‌خیم می‌شود که براثر انباشته شدن مویرگهای انتقال دهنده خون در یک مکان و اتصال یافتن و چسبیدن این مویرگها به یکدیگر به‌وجود می‌آید. حدس متخصص مذکور این بود که غده مذکور خطرناک نیست و هنگامی که اسلین به هشت یا نه سالگی برسد، به خودی خود ناپدید می‌شود.

تشخیصی که متخصص پوست ارائه کرد، بیش از هر چیز خیال جیل و پل را نسبت به سلامتی دخترشان راحت کرد، اما مشکل این بود که رشد غده مذکور هرگز متوقف نشد و با گذر زمان بزرگتر و بزرگتر شد تا اینکه پشت کاسه سر اسلین را به تمامی پوشش داده و حتی بخشی از آن روی گردن طفل آویزان شد. رنگ این توده اضافی صورتی و بنفش بود و سطح آن پوشیده از رگ، ضمن آنکه از جنس بسیار نرمی (مانند یک بالشتک) تشکیل شده بود. در این میان قیافه ظاهری نوزاد نگونبخت نیز تحت تأثیر این توده زشت قرار گرفته و اظهارنظر کسانی که اسلین را مشاهده می‌کردند، بیشتر باعث ناراحتی جیل می‌شد. خوشبختانه اسلین آنقدر کوچک بود که قدرت درک و فهم این‌گونه اظهارنظرها را نداشت. اما این مادر نوزاد بود که باید هر روز به نوعی اظهارات به‌ظاهر همدردی‌کننده و نیش‌دار را تحمل می‌کرد. برای مثال روزی که جیل، اسلین را با خود به کتابخانه برد تا کتابهای عاریه شده را پس دهد و در همان اثنا پسربچه‌ای که اسلین را مشاهده کرده بود، با صدای بلند گفت: «خدای من این زشت‌ترین چیزی است که به عمرم دیده‌ام». یا مادر دیگری با مشاهده اسلین، به طرف جیل رفت و برای ابراز همدردی به او گفت: «واقعاً دیدن دختر شما مرا دچار شوک شدیدی کرد.» و اظهاراتی از این دست که کم‌تعداد هم نبودند.

افزایش نگرانی‌ها

جیل و پل با اینکه هنوز به جهت گفته متخصص مبنی بر ناپدید شدن تومور در سنین بالاتر نسبت به بهبودی طفل خود امیدوار بودند، اما این آگاهی را هم داشتند که اسلین قبل از آنکه بهبودی صورت گیرد مدرسه را آغاز خواهد کرد و بشدت نگران رفتار کودکان دیگر با دخترشان بودند و به همین جهت آنها تصمیم گرفتند تا به‌جای انتظار دست به عمل شده و اسلین را به نزد یکی دیگر از متخصصان اطفال ببرند. پزشک اطفال به‌مراتب از بقیه رک و راست‌تر صحبت می‌کرد. او به آنها گفت که متأسفانه تومور خارج از اندازه بزرگ شده و نمی‌توان به وسیله استروئید آن را معالجه کرد. از طرفی هم عمق تومور در درون کاسه سر بیش از آنست که بتوان آن را به کمک اشعه لیزر نابود کرد، ضمن آنکه جراحی هم ممکن است موجب از دست دادن مقدار زیادی خون شود که با توجه به سن بسیار کم اسلین، این امر می‌تواند برای او مرگبار باشد. پس از آخرین تشخیص بود که جیل و پل بر سر چهارراه تصمیم‌گیری قرار گرفته بودند و سرانجام به منطقی‌ترین نتیجه ممکن رسیدند. تنها عاملی که برای آنها اهمیت داشت زندگی اسلین بود، بنابراین آنها مصمم شدند تا آنجا که سلامتی و زندگی اسلین در خطر قرار نگیرد، نسبت به ظاهر و قیافه اسلین حساس نباشند.

تضعیف قلب

اما مشکلات به این سادگی‌ها هم دست‌بردار نبودند. در ماه دسامبر که اسلین دهمین ماه تولد خود را پشت سر می‌گذاشت، طی معاینه‌ای که از جانب متخصص اطفال به عمل آمد، او متوجه شد که قلب اسلین از حد معمول بزرگتر شده و دلیل آنهم پمپاژ خون به میزان خارج از اندازه بود که باید رگهای انتقال‌دهنده خون را در داخل تومور تغذیه می‌کرد. علاوه برآن رشد تومور مواد و املاح مورد نیاز برای رشد جسمانی اسلین را برای خود می‌بلعید و در نتیجه طی چهار ماه گذشته فقط نیم کیلوگرم به وزن اسلین اضافه شده بود و در کنار آن قلب اسلین هم به حد و مرز کارایی خود رسیده بود و از آنجا که جراحی هم امکان‌پذیر نبود، داروهای بسیار قوی برای اسلین تجویز شد تا او بتواند موقتاً در برابر مشکل خود ایستادگی کند، اما جیل و پل باز هم خود را در برابر چهارراه سرنوشت یافته بودند و آهسته آهسته احساس می‌کردند که بخت درمان طفل خردسال آنها کمتر و کمتر شده است.

پزشکی در آرکانزاس

مطالعه در مورد وضعیت اسلین حتی به اینترنت هم کشیده شد. مادر جیل و یا درحقیقت مادربزرگ اسلین طی جستجویی که در اینترنت به عمل آورد به نام پزشکی برخورد که اتفاقاً تخصص او در درمان غدد همانگیومانی در کودکان بود. این دکتر که چندان اسم و رسمی هم نداشت در شهری کوچک واقع در یکی از ایالات مرکزی به نام آرکانزاس مشغول به‌کار شده بود و برطبق گزارشهای اینترنت تنها پزشکی بود که با موفقیت موارد مختلف تومورهای خارجی در کودکان را درمان کرده بود. در اینجا بود که پل و جیل تصمیم خود را گرفتند. آنها یک روز جیل را در صندلی عقب اتومبیل در جایگاه ویژه‌اش قرار دادند و در سرمای زمستان راه آرکانزس را درپیش گرفتند و پس از ده ساعت

رانندگی خود را به دفتر کار پزشک مذکور رساندند.

دکتر میلتون وارنر به محض مشاهده اسلین و تومور موجود در پشت سرش، لبخندی زیر لب آورد و گفت: «اوه این یکی از آن بزرگها است، اما کوچولو نگران نباش من آن را درمان خواهم کرد.»

این کلمات زیباترین موسیقی بود که پل و جیل طی یک سال گذشته شنیده بودند. دکتر وارنر به سرعت معاینات اولیه را انجام داد و سرانجام روز بیست و هشتم آوریل را به عنوان تاریخ انجام عمل جراحی انتخاب کرد. او برای اینکه بتواند در جراحی که بسیار هم حساس بود از دستیاران مجرب بهره‌مند شود، تصمیم گرفت تا جراحی را در یک مرکز پزشکی معتبر در نیویورک انجام دهد.

در اتاق جراحی

در روز موعود جیل و پل از شدت اضطراب هر دو به گریه افتاده بودند. بیش از یک سال آنها به دنبال سلامتی دخترشان بودند و در این مدت آب خوش از گلوی آنها پایین نرفته بود و اکنون نتیجه تمام این تلاشهای یک ساله در چنین روز سرنوشت‌سازی باید تعیین می‌شد و آنها تاب تحمل چنین انتظاری را نداشتند. اما هنگامی که دکتر وارنر با لباس مخصوص جراحی وارد اتاق انتظار شد و با لبخند معمول خود به آنها خیرمقدم گفت، گویی آنها هوایی تازه برای تنفس یافته بودند و تا حدودی اعتماد به نفس دکتر وارنر را در خودشان هم احساس کردند. اما بعد وقتی که پرستار خرقه جراحی را بر دوش اسلین انداخت و آماده انتقال دادن او به اتاق جراحی شد، باز هم نگرانی بر آنها مستولی شد. جثه کوچک اسلین در داخل لباس جراحی گم شده بود و طفل معصوم که خود را در شرایط ناشناخته‌ای می‌دید، نگاهی به این‌طرف و آن‌طرف انداخت و به گریه افتاد. پرستار دخترک را در آغوش گرفت تا او را به اتاق جراحی انتقال دهد، اما جیل که نمی‌توانست از دخترش جدا شود تا آخرین لحظه درحالی که دست کوچک اسلین را در دست داشت، آنها را دنبال کرد و حتی زمانی که دست اسلین از او جدا شد و درب اتاق جراحی بر روی جیل بسته شد هم، دست او دراز شده باقی ماند، گویی در ذهن، هنوز دست دخترک معصومش را در دست داشت و خیال رها کردن او را نداشت تا اینکه پل خود را به او رساند و جیل را به آرامی به اتاق انتظار بازگرداند.

اکنون در اتاق جراحی اسلین که تحت تأثیر داروی بی‌هوشی با چهره‌ای آرام به خواب رفته بود، روی میز فلزی دراز کشیده بود. وزن اسلین در آن هنگام قدری کمتر از ده کیلو بود و طول قدش هم به زحمت به هفتاد سانتی‌متر می‌رسید و تمامی این جثه کوچک روی یک ملافه پلاستیکی گذاشته شده بود و روی او را هم با یک پتوی کوچک پوشانده بودند تا از گزند سرما مصون بماند. گیره‌ای بر انگشتان پای او بسته شده بود تا علائم مهم درخصوص کارایی قلب و مغز او را از بدن به صفحه مانیتور انتقال دهد. بخشی از سر طفل تراشیده شده بود، ضمن آنکه روی تومور نیز با محلول مخصوص ضدعفونی‌کننده رنگ‌آمیزی شده بود، و سرانجام لوله تنفسی هم در حلق او فرو بردند. حداقل در ظاهر اسلین در آرامش مطلق به‌سر می‌برد.

دقایق انتظار

دکتر وارنر تخمین زده بود که جراحی تقریباً چهار ساعت به طول می‌انجامد و در اتاق انتظار پل و جیل با نگرانی در عجب بودند که چگونه این ۴ ساعت را بگذرانند. در همین لحظات پرستاری کیسه کوچکی را که حاوی موهای تراشیده شده از سر اسلین بود به آنها داد. این اولین سلمانی رسمی برای او به‌شمار می‌رفت و پدر و مادرش از بیم آنکه مبادا آخرین بار هم باشد تمایل به حفظ کردن موهای او داشتند.

در اتاق جراحی دکتر وارنر نگاهی عمیق و جدی به اسلین انداخت و سپس با انگشت روی قسمت‌های مختلف تومور فشار آورد. او با این کار در تلاش بود تا بهترین نقطه را برای ایجاد برش پیدا کند. دکتر وارنر هم دچار اضطراب شده بود، اما او به بهترین وجه ممکن نگرانی‌های خود را پنهان کرده بود. اگرچه او نزد پل و جیل اعتراف نکرده بود، اما برای او هم این جراحی یکی از مشکل‌ترین و خطرناک‌ترین موارد تاکنون به‌شمار می‌رفت. دکتر وارنر تمام شب بیدار نشسته بود و به تصاویر به دست آمده از «ام.آر.آی» نگاه می‌کرد. توموری که پشت کاسه سر اسلین را پوشانده بود، به‌شکل نامنظمی در داخل کاسه سر به این‌طرف و آن‌طرف پیچ خورده بود و از نزدیک‌ترین مناطق به نخاع و سیستم اعصاب مرکزی عبور کرده بود و این امر مشکلات جراحی را دوچندان می‌کرد. کوچکترین اشتباهی قطع نخاع و مرگ طفل را به دنبال داشت و حتی از پشت گردن هم تومور از نزدیکی شاهرگ عبور کرده بود که این هم مشکلات عدیده دیگری را برای دکتر وارنر به‌وجود آورده بود. تازه این مشکلات یک‌طرف و اینکه او چگونه برش در تومور ایجاد کند که سبب خونریزی بیش از اندازه برای یک طفل یکساله نشود، خود جانب دیگر ماجرا بود. تومور خود برای جذب خون اسلین، شاهرگی به ضخامت یک نی مخصوص نوشابه، ایجاد کرده بود که نیمی از خون ساخته شده در بدن اسلین را برای تغذیه خود می‌بلعید و هرگونه برش تصادفی در این شاهرگ خودساخته هم باعث از دست دادن خون به مقدار غیرقابل جبران می‌شد. سرانجام دکتر وارنر کار را آغاز کرد. او از پرستار یک تیغ نازک را درخواست کرد و سپس از کنار گوش اسلین شروع به ایجاد برش کرد. او برید و برید و خونریزی هم آغاز شد، اما دکتر وارنر ترجیح داد که زمان برای توقف مناسب نیست. او به کار خود ادامه داد. پس از آنکه به داخل تومور راه یافت، به جستجوی خلایی و یا فاصله‌ای پرداخت که بین شاهرگ خودساخته و پوست معمولاً ایجاد می‌شود، تا با جدا کردن شاهرگ آسیبی به بدن وارد نشود و سرانجام فاصله را پیدا کرد و با خوشحالی از زیر ماسک مخصوص جراحی گفت: «اوکی».

قسمت مشکل

اکنون دیگر دکتر وارنر در کنترل بود. البته هر لحظه بیم خطر وجود داشت. او می‌دانست که کاملاً به شاهرگ خودساخته نزدیک شده است و کوچکترین لغزش می‌توانست خونریزی غیرقابل کنترلی را به دنبال داشته باشد. او آنقدر در توده‌های تومور نفوذ کرد تا سرانجام آنچه را که به دنبالش بود پیدا کرد و آن منطقه‌ای بود که بتواند با یک گیره حرکت خون را از بدن به‌سوی تومور قطع کند. اکنون قسمت مشکل جراحی به پایان رسیده بود و دکتر وارنر سرانجام با جدا کردن تمام پیوندها بین تومور و بدن اسلین آن را از پشت سر اسلین خارج کرد. دکتر وارنر قدری تومور را وارانداز کرد و سپس به نفرات تیم خود گفت که این بزرگترین توموری بود که تاکنون از یک طفل خارج کرده بود و اندازه آن را به یک گریپ‌فروت بزرگ تشبیه کرد. پس از این مهم دکتر وارنر جراح جای خود را به دکتر وارنر مجسمه‌ساز داد. او با دقت و وسواس فوق‌العاده تمام ذرات باقیمانده از تومور را از پشت سر اسلین خارج کرد و سرانجام پس از آنکه هشت ساعت تمام را در اتاق جراحی طی کرده بود و جراحی حتی دو برابر آنچه که قبلاً تصور می‌کرد به طول انجامیده بود، نگاهی به آنچه که انجام داده بود و در مقابل او روی تخت جراحی دراز کشیده بود، کرد و با غرور گفت: «یک کار دوست داشتنی.»

پدر و مادر

پرستارها برای رساندن خبر خوش به پل و جیل با یکدیگر مسابقه گذاشته بودند. این زوج جوان از بدو ورود به بیمارستان محبوبیتی برای خود به دست آورده بودند و دلیل آنهم عشق و گذشتی بود که نسبت به یک طفل ده کیلویی نشان داده بودند. سرانجام یکی از پرستارها زودتر خود را به زوج رساند و درحالی که آنها را براثر اضطراب و صبر هشت ساعته در شرایط تأسف‌آوری یافته بود، به آنها گفت: «تمام شد، اسلین نجات پیدا کرد و تومور هم برای همیشه خداحافظی کرد.»

جیل همانجا دوزانو بر زمین نشست و تازه گریه‌ای را که هشت ساعت در خود نگهداشته بود سر داد. او عملاً سرش را به نشانه سجده در برابر پروردگار روی زمین گذاشته بود و دقایقی چند به همین حال باقی ماند.

دو هفته بعد اسلین از بیمارستان مرخص شد و اکنون که چند ماه از جراحی گذشته، او سالم و سرحال اثری از بیماری در خود نشان نمی‌دهد، ضمن آنکه در ناحیه جراحی شده هم مویی زیبا و طلایی روییده و اسلین به یک طفل سالم و زیبا تبدیل شده است و دلیل آن هم در پدر و مادری دلسوز و پزشکی که به خود و به انسانیت باورداشت، نهفته بود. ■

علت هر شکستی عمل کردن بدون فکر کردن است • الکس مکنزی

زندگی؛ آنطور که ما نمی‌فهمیم

براساس سرگذشت: افسانه، جواد - تهران

تهیه و تنظیم از: محسن طیب

سه شنبه ـ ۲۱ مهر ـ ساعت ۱۰ صبح

خبر را آقای صفادار ـ معاون فنی اطلاعات هفتگی ـ بهم داد. پیغام بود: «یک خانمی چند بار زنگ زده و التماس کرده بهش زنگ بزنی» شماره را گرفتم، اما راستش را بخواهید فراموش کردم تلفن بزنم!

چهارشنبه ـ ۲۲ مهر ـ ساعت ۱۱/۳۰ صبح:

داشتم شماره آخر مجله را ورق می‌زدم که اول یاد صفادار و بعد یاد آن شماره تلفن افتادم و زنگ زدم؛ زن جوانی که خیلی مضطرب بود گفت: «فکر کردم دیگه بهم زنگ نمی‌زنین، به کمکتون نیاز دارم، ولی باید بیاین خونه مادرشوهرم، در ضمن خودتون‌رو باید طلافروش معرفی کنید! شمارو به جون بچه‌هاتون کمکم کنین!

نفهمیدم چرا پذیرفتم به سراغش بروم؟ یا بخاطر گریه‌هایش یا قسم‌هایی که داده بود؟!

○

چهارشنبه ـ ۲۲ مهر ـ ساعت ۱۴/۳۰ دقیقه:

خدایا اگر اسم اینجا خانه است، آن‌جایی که ما زندگی می‌کنیم چه نام دارد؟ خانه نگو، از قصر هم فراتر بود. «شاه» غلط کرده بود چنین تشکیلاتی داشته باشد! فقط به همین یک مورد توجه کنید: داخل سالن پذیرایی خانه پنج دست مبلمان و دو دست میز و صندلی ناهارخوری چیده شده بود! ضمناً چهار دستگاه تلویزیون هم در زوایای مختلف سالن خودنمایی می‌کرد؛ از این تلویزیون‌هایی که هر کدامش به اندازه یکی از کتابخانه‌های خانه من است! در و دیوار پر بود از تابلوهای کلاسیک که فقط قیمت «قاب» هرکدام، برابر با قیمت یکی از همین ماشین‌های از رده خارج شده بود [که مطمئن باشید صاحبانش نیز تا چند ماه دیگر از رده زندگی شرافتمندانه خارج می‌شوند] یعنی چیزی حدود ۱/۵ میلیون تومان و بلکه بیشتر!

غرق در این تماشاکده کم‌نظیر بودم ـ البته کم‌نظیر برای من ندید و بدید ـ که در باز شد و خانمی که تلفنی صحبت کرده بود از راه رسید و بعد از سلام و علیک، یک کیف سامسونت را که پر از طلا و جواهر بود روی میز گذاشت و با صدایی آرام گفت: «فقط یادتون باشه اگه کسی وسط صحبتمون آمد، شما برای این طلاها قیمت بدین!»

زن ـ که نامش افسانه بود ـ این را گفت و رفت داخل تراس ۲۵۰ متری خانه را که رو به این سالن بود نگاه کند تا خیالش راحت شود. من اما؛ در این فکر بودم که اصلاً قیمت این جواهرات چند هست؟ و نکند گاف بدهم و... که زن برگشت و بلافاصله گفت:

ـ من امشب دارم از ایران میرم... همراه شوهر و دوتا بچه‌ام برای همیشه داریم میریم کانادا... ولی یه مشکل بزرگ سر راهم هست، قصه زندگی من خیلی مفصله، ولی چون وقت نیست فقط همین‌رو میگم که من موقع ازدواجم، به دلیلی مجبور شدم به شوهرم قول بدم که هرگز با اعضای خانواده‌ام رفت و آمد نکنم! واسه همین هم جز «نوری» شوهرم، همه فامیل شوهرم فکر می‌کنند من در بچگی پدر و مادرم‌رو از دست دادم، به همین خاطر اگه الان پس از سه سال یکدفعه بفهمند پدر دارم، همه چیز از بین میره، اما درعین حال چون شاید دیگه هرگز به ایران برنگردم، دلم می‌خواد لحظه آخر پدرم‌رو ببینم، ولی اون قبول نمی‌کنه... البته من بچه خوبی برای پدر و مادرم نبودم، بیچاره مادرم که آخرسر هم بخاطر من دق کرد و مرد [افسانه دست روی صورتش کشید و اشکهایش را پاک کرد و ادامه داد] واسه همین می‌دونم اگه امشب قبل از ساعت ۱۲ نیمه شب که ساعت پرواز ماست پدرم‌رو نبینم، اون وقت تا پایان عمر عذاب وجدان می‌گیرم... علتی هم که فرستادم دنبال شما اینه که پدر بیچاره من از سی سال پیش خواننده اطلاعات هفتگی بود و عاشق «داستان زندگی» شما، و به همین دلیل فکر می‌کنم حرف شمارو قبول کنه و از گناه من بگذره و این دم آخری به یک بهانه‌ای بیاد فرودگاه تا من ببینمش [افسانه سعی کرد هق هق گریه‌اش را فرو دهد و سپس ادامه داد] اگه این کاررو بکنین هرچی بخواین بهتون میدم آقای...»

حرفش را قطع کردم و از جا برخاستم: «اینطور پولها مارو به «زکام» مبتلا می‌کنه خانم...! من تلاشم‌رو می‌کنم پدرتون‌رو بیارم... اما بقیه‌اش با خداست.

افسانه دستش را از داخل کیفش بیرون کشید و از توی جیبش آدرس پدرش را داد و بنده نیز همچون «جیمزباند» آن را توی جیبم پنهان کرده و بطرف در خانه ـ که فاصله‌اش تا ساختمان قدر یک زمین فوتبال بود ـ راه افتادم. نرسیده به در خروجی، «مادرشوهر» افسانه از راه رسید و عروسش بلافاصله گفت: «معامله‌مون نشد... این آقا خیلی قیمت پایینی داده!»

پیرزن که چهره و تیپش خوراک سریال‌های تلویزیونی برای «مادرشوهرهای بدجنس» بود، غرولندکنان گفت: «اینها همه‌شون مفتخور و حرام‌خوار هستند!»

حرفش را زیرسبیلی ردکرده و نگاهم به خانه‌اش بود که لابد از «حلال‌خواری» به دست آمده بود!

○

چهارشنبه ـ ۲۲ مهر ـ ساعت ۱۸/۲۰ دقیقه

خیابان ری، کوچه «»، پلاک ۱۴۷، منزل آقاجواد؛ اینجا خانه پدر افسانه بود. کدام خانه؟ یک آلونک خشت و گلی، با دیوارهای طبله کرده و سقفی که هر لحظه امکان پایین آمدن داشت. وقتی هشدار «پایین ریختن احتمالی سقف» را به پیرمرد دادم، خنده‌ای کمرنگ صورتش را پوشانید و دست پینه بسته‌اش را بالا گرفت و انگشت سبابه‌اش را که رگهای آبی‌اش را کاملاً نشان می‌داد بطرف بالا ـ بالاتر از سقف ـ اشاره کرد و گفت: «تا اون بالاسری اراده نکنه، اگه زلزله بم هم بیاد، این سقف پایین نمیاد! تو هم اگه نگرانی بیا اینجا زیر چارچوب در بنشین»!

ایمان مرد، دل و جرأت مرا نیز بیشتر کرد. آقاجواد خودش را تا گوشه اتاق دوازده متری دود زده و نمور کشید تا با قوری که روی «علاالدین» قرار داشت برایم چای بریزد، و من هم خوب نگاهش کردم: سن‌اش از شصت سال بیشتر نشان می‌داد. قامتش خم شده بود و عذابی که در راه رفتن می‌کشید، بیانگر شغلی سخت بود. در چهره‌اش اما، حالتی وجود داشت؛ حالتی که نشان از یک عمر خستگی بود!

استکان چای را که پیش رویم گذاشت بی‌مقدمه پرسید: «از طرف افسانه اومدی؟»

بله گفتم و خواستم حرفی بزنم که آقاجواد با آرامشی کم‌نظیر گفت: «چائیت‌رو بخور، اگه افطار هم نکردی نون و پنیر و کمی برنج و سیب زمینی دارم که ته دلت‌رو می‌گیره! و بعد که خوردی، برو و پشت سرت‌رو هم نگاه نکن...

در کلام آقاجواد اقتداری موج می‌زد که چک و چانه زدن دوایش نبود. چند ثانیه‌ای سکوت کردم و چای را که نوشیدم بی‌مقدمه خودم را معرفی کردم و صفحه ۱۵ آخرین شماره مجله را پیش رویش باز کردم. پیرمرد ثانیه‌ای نگاهم کرد و بعد از ته دل شادمان شد و گفت: «راستی راستی خودتی... پسر تو چقدر جوونی... یعنی من فکر می‌کردم باید پنجاه، شصت سال داشته باشی»!

و سپس چند دقیقه‌ای همه چیز فراموشمان شد و آقاجواد پرسش‌هایی را ـ که به قول خودش هرگز فکر نمی‌کرد پاسخهایش را بگیرد ـ مطرح کرد: «سرنوشت بلوچ چی شد؟ اون زن و شوهری که مریض بودند چیکار کردن؟ چرا دیگه از بچه‌های بهشت نمی‌نویسی؟ و...» و چند سؤال دیگر که جواب همه را دادم و در یک فرصت مناسب پرسیدم: «خدارو خوش نمیاد آقاجواد... شاید اون دختر، بچه خوبی برای شما نبوده، ولی شما پدر هستین، باید گذشت کنین... دخترتون در این شب آخر فقط همین آرزورو داره... دلش‌رو نشکنین!»

پیرمرد چنان آه عمیقی از بن جگر سر داد که گویی می‌خواست یک عمر غصه را از دل بیرون کند و بعد، سرش را پایین انداخت و گفت: «آدم باشرف... تو که به نظر میاد مرد بامعرفتی باشی، یعنی راضی میشی که من به عنوان یک «گدا» یا یک سیگارفروش دستم‌رو جلوی دخترم دراز کنم تا به قول خودت، دل دخترم نشکنه؟ واقعاً راضی میشی؟

تنم لرزید. با بهت نگاهش کردم و پرسیدم: «چی؟ گدا...؟ یعنی چی؟ من نگفتم که...»

آقاجواد پوزخند زد و گفت: «پس بهت هیچی نگفته و فقط تعریف کرده که پدرش آدم بد و بی‌عاطفه‌ایه که حتی حاضر نیست برای خداحافظی با تنها دخترش به فرودگاه بیاد و...

حرفش را قطع کردم و گفتم: «نه پدرجان... خودش گفت که فرزند خوبی برای شما نبوده، اما دلیل رنجیدن شمارو نگفت، من هم به این چیزها کاری نداشتم و فقط آمده بودم تا شمارو راضی کنم و...، ولی منظورتون‌رو از گدایی و... این چیزهایی که گفتین نفهمیدم!

آقاجواد یک استکان چای دیگر برایم ریخت و گذاشت جلویم و گفت:

پس حالا من همه چیزرو بهت میگم، اون وقت

مرد و مردانه «فتوا» رو به خودت واگذار می‌کنم، اگر گفتی گذشته مهم نیست و باید برای خداحافظی با افسانه برم، به روح زنم قسم که امشب میرم فرودگاه، ولی به شرطی که نظرت خداپسندانه باشه!»

آقاجواد اینها را گفت و یک نخ سیگار آتش زد و شروع کرد به تعریف کردن...

○

پانزده سال انتظار کم نیست، ولی من و زنم پانزده سال منتظر یک بچه بودیم. به هر دری زدیم، صدتا دکتر عوض کردیم، اما همه می‌گفتند زنم فقط سه، چهار ماه می‌تواند بچه را در شکمش نگه دارد و بعد از بین می‌رود. بیچاره اقدس - زنم - دست‌کم صدبار بهم گفت: «آقاجواد من نمی‌تونم حسرت‌رو توی چشمهای تو ببینم... اگر دلت بخواد من راضی هستم که بری زن دوم بگیری... اصلاً خودم برات میرم خواستگاری که مردم پشت سرت حرف و حدیث کوک نکنند»! ولی من اهل این حرفها نبودم، من عاشق زنم بودم، به خدا قسم اگه تا آخر عمر هم اقدس بچه‌دار نمی‌شد، محال بود بهش اخم بکنم! تا اینکه بالاخره پس از پانزده سال، درحالی که من چهل ساله و اقدس سی و یکساله بود، انگار نذر و نیازهایمان به درگاه خدا پذیرفته شد و صاحب یک دختر شدیم. اون هم چه دختری؛ یکپارچه ماه، آنقدر خوشگل و سر و زبان‌دار و تودل برو بود که هر کس می‌دیدش عاشقش می‌شد. من و اقدس هم که حاضر بودیم تمام زندگیمان‌رو برای «افسانه» بدهیم، بیشتر شبها خودمان با نان خالی شکممان را سیر می‌کردیم تا دخترمان لباس مرتب تنش کنه. نمی‌دانم، شاید تقصیر خودمان بود که آنطوری او را لوس کردیم؛ یعنی از موقعی که رفت دبیرستان، با رفتارهاش نشان می‌داد که از داشتن پدر و مادری فقیر خجالت می‌کشه! هرگز اتفاق نیفتاد که بگذاره من یا مادرش به مدرسه‌اش برویم. چند مرتبه هم که توی خیابان باهاش روبرو و همصحبت می‌شدیم، وقتی به خانه می‌رسید، چنان قشقرقی راه می‌انداخت که؛ «چرا جلوی چشم مردم با من حرف می‌زنین؟!»

ولی نه من و نه زنم هیچکدام از رفتارش دلخور نمی‌شدیم، شاید رفتارمان درست نبود، اما باید خودتان را جای پدر و مادری بگذارید که پس از سالها صاحب بچه شده‌اند! علی‌ایحال؛ غلط یا درست، پیش خودمان فکر می‌کردیم وقتی افسانه دوران بلوغ را پشت سر بگذارد، خودش کم‌کم متوجه رفتار غلطش خواهد شد، اما اشتباه می‌کردیم، چون بعد از اینکه دیپلم گرفت و وارد دانشگاه شد [همیشه شاگرد درسخوانی بود] رفتارش بد و بد و بدتر شد. و تنها چیزی که باعث سکوت ما می‌شد این بود که دخترمان بیرون از خانه عاقل بود، یعنی قسم می‌خورم که تا قبل از ازدواج با «نوری»، با هیچ پسری دوست نبود. خلاصه بیست و دو ساله بود و دانشگاهش داشت تمام می‌شد که یکشب من و اقدس‌رو نشاند کنار خودش و گفت: «من قراره با یکی از همکلاسی‌هایم که خانواده‌اش از ثروتمندان بزرگ هستند ازدواج کنم!» خدا می‌داند آن شب من و مادرش چقدر ذوق کردیم، بیچاره اقدس از شادی اشک می‌ریخت و داشت برای عروسی دخترش نقشه می‌کشید، که افسانه تیر خلاص را شلیک کرد و گفت: «ولی اگر خانواده «نوری» بفهمند که من فرزند یک خانواده فقیر هستم که پدرم «مقنی» است و مادرم توی خونه این و اون رختشویی می‌کنه، عروسی ما به‌هم می‌خوره! واسه همین من بهشون گفتم که پدر و مادرم در کودکی مردند و من سالها با دایی‌ام در خارج زندگی می‌کنم و حالا که برای سر زدن پدر و مادرم به ایران آمدم، با پسر اونها آشنا شدم و قراره با هم عروسی کنیم! البته «نوری» همه چیزرو می‌دونه، یعنی راستش‌رو بخواین خود «نوری» این پیشنهاد را داد، اون گفته تنها شرط من برای ازدواج همینه و...»

افسانه همینطور داشت حرف می‌زد که مادرش زد زیر گریه. مثل ابر بهار اشک می‌ریخت و من هم که هرگز نمی‌تونستم اشک اقدس را ببینم، برای اولین بار تو روی دخترم ایستادم و چندتا فحش نثارش کردم و...، ولی افسانه همانطور که داشت گریه می‌کرد به اقدس گفت: «مامان مگه تو خوشبختی منو نمی‌خوای؟ به خدا اگر من نتونم با «نوری» عروسی کنم خودم‌رو می‌کشم و...» که تا کلمه خودکشی را به زبان آورد، اقدس که جانش به جان این بچه متصل بود اشکهایش را پاک کرد و رو به من گفت: «باشه آقاجواد... عیبی نداره، بگذار افسانه جون بره خونه شوهرش، بعداً کم‌کم خودش یک راه‌حل پیدا می‌کنه و...» اینطوری شد که من و زن بیچاره‌ام قبول کردیم و یکروز افسانه آمد دنبال من و رفتیم به یک محضر تا من به عنوان پدر عروس، دفتر ازدواج رو امضا کنم، اونجا بود که برای اولین بار دلم شکست، موقعی که دخترم حتی نگذاشت من با شوهرش - که آنطرفتر نشسته بود - یک ثانیه روبرو بشم! ولی باز هم مهم نبود، برای ما خوشبختی دخترمان اهمیت داشت! تا اینکه صبح روز عروسی افسانه که قرار بود در یک باغ بزرگ برگزار بشه، طبق معمول من و اقدس توی همین اتاق نشسته بودیم، هر دویمان سعی می‌کردیم با بی‌تفاوت نشان دادن خودمان، کاری کنیم که آن یکی دلشکسته نشود! اما آخر سر اقدس نتوانست تحمل کند و گفت: «آقاجواد من اگر امشب دخترم‌رو توی لباس عروسی نبینم دق می‌کنم... تورو خدا یه کاری بکن که من فقط یکدقیقه افسانه‌رو توی لباس سفید ببینم!» نمی‌دانستم چکار کنم؟ اونقدر فکر کردم تا بالاخره راهی به فکرم رسید و راه افتادم رفتم آن محضری که افسانه را عقد کرده بودند و با هر کلکی بود شماره تلفن منزل داماد را گرفتم و زنگ زدم. انگار خدا خواست که خود افسانه گوشی را برداشت، اما تا صدای مرا شنید با عصبانیت گفت: «کی گفت به اینجا زنگ بزنی... از کجا این شماره‌رو پیدا کردی؟» خدا می‌داند که در آن لحظه دلم می‌خواست زمین مرا ببلعد و این چیزها را نشنوم، اما برای اینکه اقدس را به آرزویش برسانم، دندان روی جگر گذاشتم و با مهربانی گفتم: «افسانه مادرت اگر امشب تورو در لباسی عروسی نبینه دق می‌کنه... پس خودت یک فکری بکن، وگرنه من یکدفعه دیدی همه چیزرو خراب کردم!» افسانه که می‌دانست وقتی من دیوانه بشوم دیگر هیچ چیز برایم مهم نیست، کمی فکر کرد و گفت: باشه پدر، پس بهش بگو یک لباس مرتب بپوشه و ساعت پنج بعدازظهر جلوی مدرسه «عاصمی» منتظر باشه تا من بیام دنبالش!

از اینکه اقدس به آرزوش می‌رسید آنقدر خوشحال بودم که اصلاً فکر نکردم چرا افسانه گفته مادرش جلوی مدرسه‌ای که دوران دبستانش آنجا درس می‌خواند منتظر او باشه؟! خود اقدس هم طوری ذوق زده بود که اصلاً به این چیزها فکر نمی‌کرد! برای او فقط این مهم بود که دخترش را در شب عروسی‌اش می‌بیند! تا اینکه ساعت ۵ بعدازظهر، طبق قراری که با دخترم گذاشته بودم، مادرش را جلوی در مدرسه دوران کودکی‌اش رساندم و منتظر شدیم تا او آمد؛ خدایا چقدر خوشگل شده بود، درست مثل یک فرشته! یک ماشینی سوار بود که بعداً فهمیدم چند میلیون تومان می‌ارزید! بعد هم درحالی که مادرش را سوار می‌کرد به من گفت: «پدر منو ببخش... امیدوارم موقعیت منو درک کنی!» ولی من در آن لحظه به هیچ فکر نمی‌کردم جز اینکه اقدس را خوشحال کرده‌ام. بعد هم آمدم توی همین اتاق و برای خودم تدارک یک جشن یکنفره‌رو دیدم و توی فکرم داشتم لحظه به لحظه عروسی دخترم را ترسیم می‌کردم که... یکدفعه در باز شد و اقدس آمد! تعجب کردم، ساعت هنوز شش نشده بود، پس چرا او زود برگشته بود؟ اقدس ابتدا هی به این در و آن‌در می‌زد که جواب نده، ولی من آنقدر پاپی‌اش شدم تا یکمرتبه بغض‌اش شکست و گفت: «می‌دونی شرط افسانه برای حضور من در جشن عروسی تنها دخترم چی بود؟ اون به خانواده شوهرش گفته بود که در دبستان دوران کودکی‌اش - عاصمی - یک فراش داشتند که زن مهربانی بوده و افسانه‌رو خیلی دوست داشته، و حالا او دلش می‌خواد «ننه مدرسه»اش‌رو در جشن عروسی‌اش دعوت کنه! اینهارو افسانه توی همان ماشین بهم گفت و من احساس کردم دارم خیلی خودم را تحقیر می‌کنم... دلم برای خودم و تو سوخت که با چه امید و آرزوهایی این دختررو بزرگ کردیم، اون وقت اون حالا منو به عنوان فراش مدرسه‌اش قبول داره، اما از اینکه مادرش باشم خجالت می‌کشه و...»!

آن شب اقدس تا صبح اشک ریخت، اما هر بار که من می‌خواستم افسانه را نفرین کنم او جلویم را می‌گرفت و می‌گفت: «نه جوادآقا... نفرین نکن... نفرین پدر خیلی از نفرین مادر سنگین‌تره... دلم نمی‌خواد بچه‌ام سیاه‌بخت بشه!»

طفلک اقدس؛ او از فردای همان روز - که افسانه برای ماه عسل به اروپا رفته بود - مریض شد و افتاد توی رختخواب! روزهای اول مریضی‌اش بود که یک دکتر آوردم بالای سرش و آقای دکتر اینطور تشخیص داد که: «زنتون دچار افسردگی شده»! و این چیزی بود که خودم می‌دانستم، ولی کاری نمی‌تونستم براش بکنم. بیچاره اقدس هفده روز توی رختخواب بود و فقط اشک می‌ریخت و اسم افسانه‌رو به زبان می‌آورد، اما هربار که من می‌خواستم حرفی بزنم، فقط می‌گفت: «جوادآقا نفرین نکن»! تا اینکه خلاصه در غروب روز هفدهم، موقعی که نفس‌اش به شمارش افتاد فهمیدم که داره نفسهای

هر کجا هستید و هر که هستید به این دلیل است که خودتان خواسته اید

بقیه در صفحه ۶۰

صدای سبز بسیج
از: طاها

هوالشاهد

پس از عمری غریبی بی‌نشانی
خدا می‌خواست در غربت نمانی
از آن سرو سرافراز تو هرچند
پلاکی بازگشت و استخوانی

«سلام ما بر این پاره‌های دل ملت، که دل از زندگی راحت کندند تا آرامش دل امت و امام تضمین شود.» مقام معظم رهبری (مدظله)

گروه تفحص به دنبال گلبرگهای شقایقهای پرپرشده

«امروز روز پنجم است که در محاصره هستیم، آب را جیره‌بندی کرده‌ایم، نان را جیره‌بندی کرده‌ایم... عطش همه را هلاک کرده، همه را جز شهدا که حالا کنار هم در انتهای کانال خوابیده‌اند، دیگر شهدا تشنه نیستند، فدای لب تشنه‌ات پسر فاطمه(س)»

«آخرین برگ دفترچه یادداشت یکی از شهدای گردان حنظله لشگر ۲۷ که در کانال سوم فکه و درحین تفحص به دست آمد.»

چگونگی تشکیل گروه تفحص لشگر ۲۷ محمد رسول‌الله(ص)

پاییز سال ۱۳۶۹ تقریباً دو سالی از پذیرش قطعنامه و آتش‌بس می‌گذشت و هنوز کسی به فکر کشف پیکرهای مطهر شهدا از مناطق عملیاتی نبود که تعدادی از رزمندگان قدیمی لشگر ۲۷ پیش‌قدم شدند و با مساعدت کمیته مفقودان ستاد کل نیروهای مسلح، نیروی زمینی سپاه و همکاری صمیمانه برادران بسیج و ارتش گروههای تفحص شهدا را تشکیل دادند.

منطقه عملیات والفجر ۴ و ارتفاعات صعب‌العبور کانی‌مانگا میزبان اول جستجوگران نور بود، در این جستجو علاوه بر کشف پیکرهای بسیاری از دریادلان بسیجی و سپاهی، پیکر سرداران بزرگی چون **مهدی خندان**، **ابراهیم معصومی** و **جواد افراسیابی** و... که کانی‌مانگا در مقابل شجاعت آنها زانو خم کرده بود، به دست آمد.

فکه سرزمین رمل و کانال و موانع، آوردگاه رزم‌آوران والفجر مقدماتی و والفجر ۱ دومین منزلی بود که پای بچه‌های تفحص لشگر به آنجا باز شد، جایی که به قول برادر حاج «سعید قاسمی» وقتی قتلگاه فکه را دیدم، دیگر هوای کربلا رفتن از سرم پرید.

جای جای سرزمین فکه، حکایت از دلاوریهای رادمردانی داشت که راز مقاومت هفت روزه آنها در کانالها و تپه رمل‌های آن سرزمین با کشف آخرین دست‌نوشته‌هایشان برملا شد.

شلمچه، این زمین پررمز و راز، جولانگاه شیران و دریادلانی که در عملیاتهای بیت‌المقدس، رمضان، کربلای پنج، کربلای هشت، بیت‌المقدس هفت و غدیر حماسه آفریدند، منزل بعدی گروه تفحص لشگر ۲۷ بود تا با دست و پنجه نرم کردن با مین‌های بدترکیب والمدی و گوجه‌ای و واکسی و... وجب به وجب دنبال پیکرهای مطهر شهدا بگردند.

نام طلاییه و جزایر مجنون و عملیات بزرگ خیبر همواره با نام علمدار این عملیات، فرمانده دلاور و پرآوازه لشگر ۲۷ محمد رسول‌الله(ص) شهید حاج ابراهیم همت عجین است.

خاکریزها و سیل‌بندهای آنجا، شاهد مقاومت دلیرانه رزم‌آوران توحید، در این منطقه نفوذناپذیر بودند که چگونه مظلومانه تا آخرین نفر جنگیدند و درنهایت با تیر خصم به خاک افتادند.

هفتم مردادماه سال ۶۲ یادروز
عملیات بزرگ والفجر ۳

> بعضی از شهدا همان گونه که خود خواسته و از خدایشان طلب کردند، گمنام مانده‌اند

جمع‌آوری شهدای این منطقه با آن پیچیدگیها و دشواریهایی که وجود دارد، خود حدیث مفصلی است که در این نوشتار نمی‌گنجد.

«اینجا را ببین، شهدایی که از اینجا بیرون آوردیم، کوله‌های آرپی‌جی‌یشان خالی است، ببین چطور دورتادور اینجا را پوکه کلاشها پر کرده؟... به خدا قسم همین هفده ساله‌ها، مردانه ماندند و دمار از روزگار دشمن درآوردند.»

اواخر سال ۷۳ گروه تفحص پاسگاه رشیدیه، مدتی بود که شهید پیدا نمی‌کرد و بنابه پیشنهاد برادران دعای توسل برگزار گردید. در دعا، بچه‌ها متوسل به امام رضا(ع) شدند، بعد از اتمام دعا بچه‌های گردان کمیل روی کانال مشغول تفحص شدند و بعد از مدت کمی، پیکر شهیدی را یافتند که نامش سیدرضا موسوی حسینی بود. در داخل یکی از جیب‌های این شهید آینه‌ای وجود داشت که تمثال امام هشتم(ع) روی آن چاپ شده بود، آنجا بود که همگی رو به امام رضا(ع) گفتیم: «السلام علیک یا علی ابن موسی الرضا(ع)»

کار تفحص با مشکلات و خطرات فراوانی از جمله میدانهای مین و موانع، سیم خاردار و... همراه است. گروه تفحص لشگر ۲۷ محمد رسول‌الله(ص) تاکنون چندین شهید گرانقدر تقدیم انقلاب اسلامی کرده است.

از خاطرات سفر به کوی عاشقان

جایگاه بعدی میثاق با شهیدان، محل مخزن شهدا، طلاییه، طلای عشق بود، آنجا که لاله‌های بدر و خیبر آرام خفته‌اند و راز درون خود را با خاک می‌گویند، آنجا که پرنده‌های سینه سرخ که بر بالهایشان اثر زخم عشق حسین(ع) بود به آسمان پر کشیده و جاودانه شدند.

در بین راه باز درددلهای عاشق جا مانده بود که می‌شنیدیم، او باز هم از ناگفته‌ها برای ما گفت، از امدادهای غیبی در دشت طلاییه، محل تفحص لاله‌های خونین گفت. او گفت: «بعضی از شهدا همان‌گونه که خود خواسته و از خدایشان طلب کردند، گمنام مانده‌اند و نتوانستند شناسایی شوند و در همان خاکهای آغشته به خون شقایقهای پرپر ماندند.

فضای جبهه را با اشک شستم
ولی آخر گل خود را نجستم

طلاییه مخزن شهدای گمنام است.

چهره‌های خسته و خاکی، اما پر از شور و نشاط بچه‌های تفحص را دیدم، آنها که با عشق به آنجا قدم نهاده و با روح پاک به جستجوی شقایقهای پرپر می‌پرداختند تا شاید تنها تکه‌ای از گلبرگ شقایقی را یافته و برای چشم روشنی نزد دیدگان منتظر ببرند.

در آن هوای گرم و سوزان استان خوزستان و در آن نقطه دورافتاده چه چیزی جز عشق و ارادتی خاص به محبوبان دیار نور، آنان را به آنجا که حتی آب مناسب نوشیدن هم نبود می‌کشاند!

به یاد حسینیه دشت طلاییه که گروه تفحص با چه زحماتی آن را با استفاده از نیزارهای دشت طلاییه که روزی همراز شهدا بودند ساخته و پیکرهای مطهر شهیدان را به داخل آن می‌بردند، به یاد شهدای گمنام طلاییه این دشت نینوا که در همان جا به خاک سپرده شده و بر روی قبور مطهر آنها نوشته بودند: «شهید گمنام، فرزند روح‌الله».

گمشده دارم چه کس دارد خبر
از شقایقهای مفقودالاثر

وارد طلاییه که می‌شوی، عشق را می‌بینی، ایثار و فداکاری را درک می‌کنی، لحظه پیوند عابد و معبود را حس می‌کنی و بالاترین درجه عشق به میهن را درمی‌یابی.

ولی حیف و افسوس که باید با آن لاله‌های خاموش و پرپر خداحافظی می‌کردیم، چفیه‌های خود را به خاک پر از عطر آنجا تبرک دادیم و آن را بر دلهای زنگار گرفته‌مان کشیده و برگشتیم.

لاله‌ها با خشت و خون خو کرده‌اند
خاک را در سجده‌ها بو کرده‌اند
لاله‌ها را گرچه جانی پاک بود
الفت دیرینه‌ای با خاک بود

نرگس عرب ـ خبرنگار اطلاعات هفتگی

سرداران شهید

نگاهی کوتاه به زندگی سردار شهید سپاه اسلام حاج یدالله کلهر

سردار شهید حاج یدالله کلهر

یدالله کلهر به سال ۱۳۳۳ در روستای «باباسلمان» از توابع شهرستان شهریار در خانواده‌ای زحمتکش و مذهبی متولد شد. عشق به خاندان اهل بیت و ائمه اطهار (ع) از همان دوران کودکی با تمام وجود وی عجین گشت و از او مردی با احساسات ناب مذهبی ساخت، به‌طوری که پیش از رسیدن به سن بلوغ شرعی و تکلیف، به نماز می‌ایستاد و در مساجد و محافل دینی حضوری فعال داشت.

او در هفت سالگی قدم در راه مدرسه و تحصیل می‌گذارد و با بهره‌گیری از هوش و استعداد خود دوره ابتدایی را با نمره‌های عالی و رتبه ممتاز در زادگاه خود به پایان می‌رساند. وی برای ادامه تحصیل مجبور می‌شود به شهریار برود، چرا که دوره متوسطه در روستا نبود. در یکی از دبیرستانهای شهریار به تحصیل می‌پردازد.

او که در جستجوی معرفت دینی بود، همزمان با تحصیل به مطالعه کتب دینی روی می‌آورد و با شهامت و توان فکری خوب با گروه منحرف «بهائیت» به بحث می‌پردازد.

جثه درشت و قوی و اندیشه سالم از او چهره‌ای جذاب می‌سازد و به‌خاطر جوانمردی و منش والایش زبانزد می‌شود.

یدالله کلهر اوقات فراغت خود را به مطالعه یا ورزش و تفریحات سالم محلی می‌پردازد.

وی تحصیلات خود را تا سوم متوسط ادامه می‌دهد، ولی به دلیل دوری روستا از شهر و سختی رفت و آمد، مجبور به ترک تحصیل می‌شود.

یدالله سپس در یک تانکرسازی مشغول کار می‌شود. وی سال ۱۳۵۱ همراه یکی از دوستانش در کار برق و سیم‌کشی ساختمان وارد می‌شود و در اصفهان یک پروژه بزرگ برق‌کشی را با موفقیت و در اسرع وقت به پایان می‌رساند.

فعالیت‌های شهید پیش از پیروزی انقلاب اسلامی

از آنجا که خانواده یدالله پیش از انقلاب اسلامی با شخصیت حضرت امام(ره) آشنا بودند و از معظم‌له تقلید می‌کردند، او هم رساله و برخی کتابهای ایشان را مطالعه می‌کند و با افکار و اندیشه‌هایشان آشنا می‌شود. در دوره سربازی به ماهیت رژیم شاه پی می‌برد و خیلی زود وارد مسائل سیاسی می‌شود.

وی دوستان سرباز خود را جمع کرده و به روشنفکری می‌پردازد و ماهیت رژیم را برای آنان آشکار می‌کند.

در سال ۱۳۵۵ خدمت سربازی را تمام می‌کند و پس از بازگشت از سربازی دوباره به کارهای برق و سیم‌کشی ساختمان مشغول می‌شود. مدتی هم به آهنگری و جوشکاری می‌پردازد.

یدالله با شروع جرقه‌های انقلاب اسلامی وارد عرصه سیاسی می‌شود. جوانان محل را جمع کرده و درباره حضرت امام(ره) و انقلاب برای آنان صحبت می‌کند.

وی نخستین کسی بود که در مسجد «باباسلمان»، «تکبیر» و شعار «مرگ بر شاه» سر داد و مردم را به مبارزه علیه شاه ترغیب کرد.

یدالله مدتی از سوی پاسگاه شهریار مورد تعقیب قرار می‌گیرد، اما با هوشیاری تمام، فعالیت‌هایش را گسترش می‌دهد.

وی فعالانه در اغلب صحنه‌های انقلاب حضور می‌یابد و در روزهای پیروزی انقلاب برای فعالیت بهتر و بیشتر، راهی تهران می‌شود و در ۲۱ بهمن ۱۳۵۷ هنگام تصرف پادگان «باغشاه» از ناحیه پا تیر می‌خورد و مجروح می‌شود.

فعالیت‌های شهید پس از پیروزی انقلاب

او پس از پیروزی انقلاب اسلامی، فعالانه در مسائل انتظامی و امنیتی کرج فعالیت می‌کند.

وی از جمله بنیانگذاران سپاه انقلاب اسلامی منطقه کرج به شمار می‌رود.

در فروردین ماه ۱۳۵۸ به دنبال تحرکات ضدانقلاب در کردستان به سرپرستی یک گروه عازم آنجا می‌شود و مدتی به نبرد علیه ضدانقلاب می‌پردازد.

او که روحی فعال و جستجوگر داشت، هرگز برنمی‌تابد انقلابی که در راه آن خونهای پاک هدیه شده و خون دلها خورده شده به‌راحتی بازیچه دست عده‌ای ضدانقلاب وابسته قرار گیرد. از این رو از فردای پیروزی انقلاب اسلامی خود را وقف تحقق آرمانهای بلند آن می‌کند و هرجا که وجودش نیاز باشد از هیچ کوششی دریغ نمی‌ورزد.

فعالیت‌های شهید در دوران دفاع مقدس

شهید حاج یدالله کلهر پاسداری پاکباخته و فدایی انقلاب بود. پس از شروع جنگ تحمیلی، گروهی از پاسداران کرج را جمع کرده و به فرماندهی خود راهی جبهه‌های سرپل ذهاب و گیلانغرب می‌شود و مدتی در آن جبهه علیه دشمن بعثی به مقابله می‌پردازد.

وی در آزادسازی گیلانغرب توانمندیهای نظامی خود را به نمایش می‌گذارد و نقش عمده‌ای را ایفا می‌کند. او پس از مدتی جهاد در جبهه‌های غرب و پس از آزادی گیلانغرب به جبهه‌های جنوب اعزام می‌شود و با نیروهای خود در جبهه آبادان مستقر می‌گردد.

او در حساس‌ترین شرایط، آبادان را همراه دیگر نیروهای مردمی از سقوط و اشغال نجات می‌دهد. فرماندهان خیلی زود به توانمندی نظامی و لیاقت شهید کلهر پی می‌برند و از استعداد وی در مسوولیت‌های مختلف نظامی بهره می‌گیرند.

شهید کلهر در تشکیل تیپ المهدی(عج) نقش اساسی ایفا می‌کند و خود به عنوان جانشین فرماندهی آن برگزیده می‌شود.

کلهر از زمانی که وارد جنگ می‌شود، در اکثر عملیاتها با مسوولیت بالا و هدایت نیرو و فرماندهی محور وارد عمل می‌گردد و بارها در جبهه مجروح می‌شود. در عملیات «فتح‌المبین» به عنوان خطشکن حماسه می‌آفریند و در منطقه «ام‌الرصاص» سخت مجروح می‌شود.

کلهر در اکثر عملیاتها به عنوان خطشکن عمل می‌کند و چندین بار مجروح می‌شود، اما او کسی نبود که از پای بیفتد و به بهانه جراحت، پای از جبهه بکشد. یک کلیه‌اش را از دست می‌دهد و یک دستش براثر ترکش، عملاً از کار می‌افتد، در جای جای بدنش ترکش می‌نشیند، ولی هرگز جبهه را ترک نمی‌کند.

در سال ۱۳۶۱ یک دوره فشرده تخریب و مربیگری را در پادگان امام حسین(ع) می‌گذراند و اردیبهشت ۱۳۶۳ همراه گروهی به سوریه و لبنان اعزام می‌شود و از جبهه‌های مختلف لبنان از جمله بلندیهای جولان بازدید می‌کند. پس از بازگشت از لبنان، به جبهه‌های جنوب بازمی‌گردد.

کلهر در عملیات فتح‌المبین با مسوولیت «معاونت تیپ» وارد عمل می‌شود و در محور «فکه» و «تنگه رقابیه» حماسه می‌آفریند. پیش از تشکیل تیپ المهدی(عج) وی در طرح، برنامه و هدایت عملیاتها نقش بسزایی ایفا می‌کند. پس از شرکت فعال در عملیات «رمضان» در لشگر ۲۱ محمد رسول‌الله به عنوان جانشین لشگر منصوب شده و با این مسوولیت در عملیات والفجر مقدماتی و «والفجر ۱» حضوری تعیین‌کننده می‌یابد.

او در عملیات «والفجر ۸» وارد عمل می‌شود و به عنوان فرمانده به هدایت نیروها می‌پردازد. در این عملیات شهید کلهر به سختی مجروح می‌شود، به‌طوری که برای مداوا حدود یکسال در بیمارستان بستری می‌شود، هنوز بهبودی کامل حاصل پیدا نکرده بود که دوباره به جبهه‌های نبرد می‌شتابد و در عملیات «کربلای ۴» و «کربلای ۵» حضوری چشمگیر و حماسی می‌یابد.

چگونگی شهادت

شهید کلهر برای ملاقات و ضیافت باشکوه عشق لحظه‌شماری می‌کرد. عاقبت در شلمچه کارت سبز دعوت در میهمانی کروبیان را دریافت کرد.

وی در دی ماه ۱۳۶۵ در عملیات «کربلای پنج» در منطقه شلمچه درحالی که برای شرکت در جلسه عازم پشت جبهه بود، تذکرۀ عبور و معراج به عالم ملکوت را گرفت.

وی براثر اصابت ترکش به سرش به شهادت رسید.

یکی از دوستان همرزمش درباره نحوه شهادت شهید یدالله کلهر می‌گوید:

«داشتم راهی خط مقدم می‌شدم که سردار فضلی گفت که به کلهر بگویم برای شرکت در جلسه به عقب بازگردد. با خشایار برای گردان امام سجاد(ع) که تقریباً در محاصره بود، غذا و مهمات می‌بردم، به خط مقدم رفتم. شهید کلهر با قامتی برافراشته و استوار، درحال هدایت رزمندگان بود. دشمن منطقه را زیاد می‌کوبید، پیغام را دادم. چند لحظه بعد سوار جیپ شد که بازگردد، دویست متر نرفته بود که یکدفعه گلوله‌ای کنار ماشین او منفجر می‌شود. قلبم به تپش افتاد، یک لحظه منطقه دور سرم چرخید، بچه‌ها یاحسین گویان به طرف جیپ دویدند. با هزار مصیبت خودم را به او رساندم. از شدت انفجار، جیپ مچاله شده بود. خون از سر و روی شهید کلهر سرازیر بود و ترکش به سرش اصابت کرده بود.

یادش گرامی و راهش پررهروباد

نظر چه اهمیتی دارد، عمل شماست که تغییر شگرفی در جهان به وجود می آورد

گزارش رنگی

خواب و رویا

یکی از مرموزترین پدیده‌های زندگی خود را شناسایی کنیم

برگردان: بهروز بهرامی

«خواب چیست و چرا باید انسان یک‌سوم از تمامی دوران زندگی خود را در عالم بی‌خیالی و بی‌خبری بگذراند؟ و چرا علاوه بر انسان، حیوانات هم به آن نیاز دارند؟ خواب عمیق و خواب سبک کدام هستند؟ رؤیاها از کجا می‌آیند؟ و سرانجام اینکه آیا می‌توانیم رؤیاهای خود را کنترل کنیم؟ برای پاسخ به همه این سؤالها، مطلب زیر را مطالعه کنید»

یک مثال گویا

آیا می‌خواهید اهمیت خواب و لزوم آن را حتی در مواقعی که نمی‌خواهیم بر ما غلبه کند، شناسایی کنید؟ پس به این ماجرای واقعی توجه کنید.

نام **چارلز لیندبرگ** برای همه نامی آشنا است. او نخستین کسی بود که در تاریخ بشر با هواپیما بر فراز اقیانوس و از قاره‌ای به قاره دیگر پرواز کرد. این مهم در سال ۱۹۲۸ تنها ۲۵ سال پس از اختراع اولین هواپیما توسط برادران رایت، اتفاق افتاد و چارلز لیندبرگ سوار بر یک هواپیمای کوچک قصد آن کرد تا از **نیویورک** در آمریکا به‌سوی **پاریس** در قلب اروپا پرواز کند. این یک واقعه تاریخی محسوب می‌شد چرا که تاکنون هیچ‌کس حتی رؤیای چنین پروازی را به ذهن راه نداده بود. اما چارلز لیندبرگ به انجام این مهم موفق شد ولی این موفقیت به‌سادگی هم به دست نیامد و در میانه راه کار آنقدر مشکل شد که چیزی نمانده بود هواپیما در اقیانوس بیکران سقوط کند. می‌دانید چرا؟ نه به خاطر هوای بد و نه به دلیل نقص فنی در هواپیما، بلکه فقط بدان جهت که لیندبرگ در نبرد در برابر خواب مغلوب شد و در خواب، کنترل هواپیما برای دقایقی از دست او خارج شد.

فقط تصور کنید که به مدت ۳۳ ساعت بی‌حرکت روی یک صندلی نشسته‌اید و در تمام این مدت به جز صدای یکنواخت موتور، هیچ صدای دیگری به گوشتان نمی‌رسد، ضمن آنکه شب قبل هم از شدت هیجان به خاطر انجام یک اقدام مهم، به اندازه کافی خواب و استراحت نداشته‌اید. آنگاه کاملاً حال و وضع چارلز لیندبرگ را در طی آن پرواز افسانه‌ای، درک می‌کنید.

او خود در کتاب بیوگرافی که در این باره نوشته، شرایط آن لحظات را چنین تصویر کرده است: «چشمهایم به‌قدری سفت شده بودند که احساسی مانند سنگ را به من القا می‌کردند. پلکهای من که گویی هر کدام وزنی برابر چند کیلوگرم روی آنها سنگینی می‌کرد، مرتباً به طرف پایین کشیده می‌شدند. باز نگاه داشتن چشمهایم برای من مشکل‌ترین کار ممکن به نظر می‌رسید. تمام بدن من گویی می‌خواست تا به من بفهماند که در آن لحظه هیچ عامل و پدیده‌ای، لذت‌بخش‌تر از خواب نیست. چند بار من در حین پرواز به خواب فرو رفتم و حتی چند بار هم با چشمان باز به خواب رفتم. (پدیده‌ای که به آن میکروخواب می‌گویند). حتی یکبار هم وقتی که ناگهان چشمانم را باز کردم، هواپیما را درحالی که با سر به‌سوی اقیانوس شیرجه می‌رفت یافتم و درحالی که فقط دو متر با سطح آب فاصله داشت، کنترل آن را به دست آوردم.»

> **خواب یک پدیده انتخابی نیست. طبیعت ما خواب را بر ما اجبار می‌کند، ما حتی اگر پلک هم نداشتیم باز هم به خواب می‌رفتیم. حتی یک شب بی‌خوابی برای مدتی ریتم زندگی و بدن ما را مختل می‌سازد**

شرحی که چارلز لیندبرگ در مورد حمله خواب به او داده است، دقیقاً از لزوم و اهمیت خواب برای انسان می‌گوید، اما آنچه که لیندبرگ را نجات داد و از آن شرایط وخیم بیرون آورد، ساعت بیولوژیکی در بدن او بود. ۲۴ ساعت پس از آنکه از نیویورک حرکت کرده بود و احساس خواب آنگونه او را آزار داده بود، آهسته آهسته احساس کرد که حالش بهتر می‌شود. ریتم‌های بدن او وارد دوران آگاهی و بیداری شدند و همین آگاهی بود که سرانجام به او این امکان را داد تا خود را به پاریس برساند و خود را به عنوان یک شخصیت تاریخی برای همیشه مطرح کند.

نتیجه بازگو کردن این مثال مهم این است که اصولاً خواب یک پدیده انتخابی نیست. طبیعت ما خواب را بر ما اجبار می‌کند، ما حتی اگر پلک هم نداشتیم باز هم به خواب می‌رفتیم. حتی یک شب بی‌خوابی برای مدتی ریتم زندگی و بدن ما را مختل می‌سازد. بدون خواب ما دچار مشکلات عدیده روحی می‌شویم که افسردگی یا فرار از اجتماع از آن جمله می‌باشند. درواقع به نظر می‌رسد که خواب برای بقای ما لازم‌تر از غذا است. اما از طرفی هم خواب یک‌سوم از دوران زندگی ما را تشکیل می‌دهد و بیشتر انسانها در هنگام مرگ در حدود یک ربع قرن را در عالم بی‌خبری یعنی همانا خواب گذرانده‌اند.

چرا به خواب می‌رویم؟

برای پاسخ به این سؤال باید مسیر تکامل انسانی و حیوانی را مورد بررسی قرار دهیم. از میلیونها سال پیش بدن حیوانات و سپس انسانها برمبنای یک سیکل ۲۴ ساعته به فعالیت می‌پردازد که نزدیک به یک‌سوم از این سیکل را باید با استراحت دادن به تمام گیرنده‌های عصبی سلسله اعصاب و اعضای بدن بپردازد. به همین دلیل است که حیوانات هم مانند ما دارای دوران خواب هستند. و همه آنها هم مانند ما زمانی که کودک و خردسال هستند زمان بیشتری را در خواب به سر می‌برند. حتی مگس هم دارای همین خصوصیت می‌باشد. بنابراین خواب یک بخش لازم برای بقای حیوان و انسان است که در طول میلیونها سال به نوعی نظم رسیده است، اما تا سال ۱۹۵۲ دانشمندان فرض بر این داشتند که در خواب انسان کاملاً شرایط انفعالی به‌خود می‌گیرد و هیچ فعالیتی ندارد و مغز هم کاملاً متوقف می‌شود، اما در آن زمان یک کشف خارق‌العاده صورت گرفت. دانشمندی که در تحقیق پیرامون خواب به عنوان پیشتاز شناخته شده و **کلایتمن** نام دارد، به کمک دانشجویان خود در دانشگاه شیکاگو، متوجه شد که دوران خواب با حرکات سریع چشم همراه است. همین حرکات سریع چشم که به اختصار R-E-M خوانده می‌شود درواقع به نوعی فعالیت مغزی را در هنگام خواب نشان می‌دهد. از همین‌رو است که این دوره از خواب را (خوابِ R-E-M) نامگذاری کرده‌اند. یعنی خوابی که با نوعیِ آگاهی مغزی و ذهنی همراه است.

برطبق تحقیقات کلایتمن و تنی چند از دانشمندان، اولین دوره خواب R-E-M، زمانی بر انسان روی می‌دهد که یک ساعت از آغاز خواب او گذشته باشد. براساس همین تحقیقات، اکنون می‌دانیم که فعالیت ذهنی در هنگام خواب یکسان نیست. درواقع در هر سیکل ۹۰ دقیقه‌ای که در خواب هستیم، خوابِ

R-E-M (یا خواب همراه با حرکات سریع چشم در زیر پلک) تنها برای مدت یکچهارم از یک سیکل را دربر می‌گیرد و پس از آن ما وارد چهار بخش از خوابهای غیر R-E-M می‌شویم، یعنی خوابهایی که حرکات سریع چشم را در زیر پلک دربر ندارند.

شرح سیکل خواب

سیکل خواب پدیده‌ای است که در همه انسانها یکسان عمل می‌کند، حال ممکن است زمان آن بسته به سن، موقعیت، فعالیت ذهنی و حتی شغل و درحقیقت زندگی، تفاوت داشته باشد، اما در اینکه سیکل خواب در همه اتفاق می‌افتد، شکی نیست و اصولاً برای درک پدیده‌ای چون خواب و رؤیا، شرح سیکل خواب مهمترین عامل به‌شمار می‌رود و در اینجا هم سعی بر این شده که این سیکل حیاتی به زبانی ساده و گویا شرح داده شود.

۱ـ شروع خواب

(دوره مقدماتی قبل از خواب)

قبل از آنکه ما سیکل خواب را شروع کنیم، وارد دوره‌ای می‌شویم که به آن دوره مقدماتی یا دوره شروع خواب می‌گویند. این دوره عبارت است از زمانی که ما خود را در شرایط خواب قرار می‌دهیم و آماده به‌خواب رفتن می‌شویم. یعنی در رختخواب دراز کشیده‌ایم و تلاش داریم تا به‌خواب برویم. این دوره معمولاً از ۱۵ تا ۲۵ دقیقه به طول می‌انجامد و اگر کمتر از آن باشد و برای مثال در پنج دقیقه به‌خواب برویم معنایش آن‌است که کمبود خواب داریم یا با مشکلات مربوط به خواب مواجه هستیم. اما پس از آنکه به خواب رفتیم آنگاه مهمترین بخش خواب یعنی سیکل خواب را آغاز کرده‌ایم که شامل چهار دوره خواب و یک دوره خواب R-E-M (یا خواب توأم با حرکات سریع چشم در زیر پلکها) می‌شود که در مجموع ۹۰ دقیقه (در یک خواب معمولی) به طول می‌انجامد.

۲ـ سیکل خواب

مرحله اول:

مرحله اول تنها چند دقیقه به طول می‌انجامد. عضلات ما آرامش پیدا می‌کند و اگر درحال نشسته باشیم، سر ما به طرف جلو خم می‌شود. تمام بدن حرکت خود را به سوی آرامش آغاز می‌کند. در این مرحله ما را به آسانی می‌توانند از خواب بیدار کنند که حتی متوجه نشویم که در خواب بوده‌ایم.

از مشخصات این دوره، حرکات بسیار آهسته در امواج مغزی است که در نتیجه ذهن را هم به‌سوی آرامش سوق می‌دهد.

مرحله دوم:

در این مرحله بسیار مشکل‌تر می‌توانند ما را از خواب بیدار کنند. چشمهای ما بی‌حرکت می‌شوند و عضلات ما در آرامش کامل قرار می‌گیرند. در این مرحله دو روند متفاوت در تحرک امواج مغزی به‌وجود می‌آید. که به یکی امواج مغزی «K» می‌گویند که امواج به‌صورت تک تک و قدرتمند حرکت می‌کنند. و دیگری امواج «S» که به صورت کوتاه و جمعی حرکت می‌کنند. در هر دو مورد امواج کمتر از یک ثانیه در هر بار زمان می‌برند و در مجموع می‌توان گفت که این قسمت از خواب ۴۵ تا ۵۰ درصد از خواب شبانه را تشکیل می‌دهد.

مرحله سوم:

پس از حدود ده تا پانزده دقیقه که مرحله دوم آغاز شد، مرحله سوم نیز شروع می‌شود. در مرحله سوم اگر از خارج به ما نگاه کنند از نظر ظاهری تفاوتی در ما مشاهده نمی‌کنند، چرا که چشمها بسته و عضلات در آرامش بسر می‌برند اما آنچه که تفاوت عمده با مراحل دیگر دارد تحرکات در امواج مغزی است. از این مرحله امواج مغزی آهسته شده و حالت چرخشی پیدا می‌کنند که اصطلاحاً به آن امواج دلتا می‌گویند. این امواج نشان می‌دهند که ما در خواب عمیق فرو رفته‌ایم. این مرحله فقط چند دقیقه به طول می‌انجامد.

مرحله چهارم:

این مرحله را عمیق‌ترین بخش از خواب شناخته‌اند. از خصوصیات این مرحله تحرکات آهسته و دلتا شکل در امواج مغزی است که در هر ثانیه چهار بار تکرار می‌شوند. فعالیت در مغز ما در این مرحله کاهش فراوانی پیدا می‌کند، بخصوص در بخشهایی که مربوط به احساسها و روابط اجتماعی ما می‌باشد. اولین باری که در طول خواب شبانه با این مرحله آغاز می‌شود، ۳۰ تا ۴۰ دقیقه به طول می‌انجامد. در مجموع مراحل سوم و چهارم ۲۵ درصد از خواب شبانه ما را تشکیل می‌دهند.

۳ـ مرحله خواب R-E-M

(توأم با حرکات سریع چشم در زیر پلک)

در حدود یک ساعت که از خواب ما گذشت و ما هر چهار مرحله را پشت سر گذاشتیم، آنگاه مرحله خواب R-E-M آغاز می‌شود. در این مرحله حرکات امواج مغزی فرکانسی بالا به خود گرفته و سرعت پیدا می‌کنند که این نشان از فعالیت ذهن می‌دهد. این‌گونه فرکانس و این‌گونه حرکات در امواج مغزی بی‌شباهت به زمان بیداری ما نیست. البته به غیر از چشم که در زیر پلک به سرعت حرکت می‌کند. سایر اعضای بدن ما کاملاً خفته و بی‌حرکت هستند. از خصوصیات عمده این مرحله همانا رؤیا است که دلیل فعل و انفعالات در امواج مغزی هم درحقیقت همانا حضور رؤیا و خواب دیدن در ذهن ما است. این بخش از خواب در حدود ۲۵ درصد از کل خواب شبانه را تشکیل می‌دهد.

چگونه رؤیاهای خود را کنترل کنیم

رؤیاها زمانی که خارج از کنترل ما هستند می‌توانند باعث آزار و اذیت ما شده و سیستم اعصاب ما را برهم بزنند. اما بهترین رؤیاها برای ما رؤیاهایی هستند که در زمان بیداری دست می‌دهند. هنگام رؤیا در زمان بیداری از آنجا که این‌گونه رؤیاها در کنترل ما هستند، می‌توانیم آنها را به هر نحوی که می‌خواهیم شکل دهیم و به‌صورت مثبت درآوریم. تحقیقات نشان می‌دهد که اغلب مردم بدون کوشش و تلاش چندانی قادر به رؤیای کنترل شده هستند و از نظر روحی و روانی این‌گونه رؤیاهای روزانه برای ما آرامش نسبی هم برقرار می‌کند. حال چگونه می‌توانیم رؤیاهای شب هنگام و در خواب را هم به‌صورت رؤیای روزانه به دلخواه خود درآوریم؟

الف: قبل از اینکه در شب به‌خواب بروید، راجع به رؤیای دلخواه خود فکر کنید و آن را در ذهن مرور کنید.

ب: این عادت را در خود ایجاد کنید که رؤیاهای خود را به خاطر آورید.

ج: از خواب کافی بهره ببرید تا بتوانید در صبح هنگام پس از خوابِ R-E-M بیدار شوید و از خوابی که در آن مرحله دیدَه‌اید لذت ببرید.

د: در هنگام رؤیا به دستهای خود نگاه کنید تا میزان آگاهی شما را بالا برده و به شما رؤیای کنترل شده و روزانه را القاء کند.

درخواب راه رفتن چیست؟

در سال ۱۹۸۷ یک مرد کانادایی به نام پارکز در نیمه‌های شب از جای خود برخاسته و سوار اتومبیل شد و پس از طی ۲۲ کیلومتر راه در برابر خانه پدر و مادر همسر خود توقف کرد و سپس، وارد خانه شده و مادرزن خود را که در خواب بود با چاقو به قتل رساند. پس از محاکمه دادگاه او را تبرئه کرد چرا که تمام این جریانات در خواب اتفاق افتاده بود. پارکز در خواب راه می‌رفت.

تحقیقات نشان می‌دهد که راه رفتن در خواب در هنگام مراحل غیر R-E-M صورت می‌گیرد و خود یکی از عوارض و مشکلات هنگام خواب تلقی می‌شود. اما خشونت در هنگام راه‌روی در خواب بسیار نادر است چرا که در اغلب موارد، افراد مبتلا به این عارضه افرادی آرام هستند که اعمال خود را نیز در آرامش کامل انجام می‌دهند. این عارضه بیشتر افراد مسن را آزار می‌دهد که داروهایی نیز برای رفع آن وجود دارد.

تأثیر اندازه در خواب

و سرانجام این نکته که اندازه و سایز در خواب تأثیر دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که هرچه که اندازه بزرگتر باشد، خواب کمتر است. برای مثال در طی ۲۴ ساعت فیل دارای ۳ ساعت خواب است، انسان دارای ۷ ساعت، سگ دارای ۱۰ ساعت، گربه ۱۲ ساعت، مارمولک ۱۴/۵ ساعت و خفاش دارای ۱۸ ساعت خواب می‌باشند.

مشاور خانواده

مشاور تحصیلی:
یکشنبه از ساعت ۱۱ الی ۱۵
مشاور خانوادگی:
همه روزه از ساعت ۱۰ الی۱۲
مشاور حضوری:
با تعیین وقت قبلی
مشاور ازدواج وتحصیلی:
زهرا طرقیان (کارشناس مشاوره)
فریبا جعفریان نمینی (کارشناس ارشد روانشناسی)
بهمن بهروزی (روان‌پزشک)
فرزانه صداقت (کارشناس ارشد روانشناسی)
تلفن تماس: ۲۲۲۶۲۵۰

از این پس علاقمندان به مشاوره با آقای دکتر بهروزی می‌توانند روزهای چهارشنبه از ساعت ده صبح تا یک بعدازظهر به صورت تماس تلفنی با شماره ۲۲۲۶۲۵۰ و روزهای پنجشنبه (از ساعت ۱۴-۱۷) مشاوره حضوری با ایشان داشته باشند.

مشاور خانواده

نکاتی درباره مدیریت و برنامه‌ریزی

مشاوره خانواده

فریبا جعفریان نمینی

○ خانمی ۳۲ ساله، با تحصیلات لیسانس و کارمند هستم. حدود ده سال از زندگی مشترکم می‌گذرد و دو دختر شش و هشت ساله دارم. در این چند سال اخیر با مشکلی روبرو شده‌ام و آن نداشتن مدیریت و برنامه‌ریزی در انجام امور خانه، شخصی و شغلی‌ام است.

احساس می‌کنم که تمام بخشهای زندگی‌ام درحال فشار آوردن بر یکدیگرند و من در مقابل فقط روز را به شب می‌رسانم. در صورتی که کارهایم به پایان نرسیده و به روز بعد موکول می‌شوند. روزها و هفته‌ها را همین‌طور پشت سر می‌گذرانم، درحالی که کارهایم به صورت نیمه تمام روی هم انباشته می‌شود و نتیجه آن چیزی جز سرزنش و ناامیدی نیست.

○○ امور یک روزتان را به‌طور خلاصه توضیح دهید.

○ من ساعت شش صبح با عجله از خواب بیدار می‌شوم، بعد از مرتب کردن خانه و آماده کردن صبحانه و راه انداختن بچه‌ها به سوی مدرسه، سر کار می‌روم. هنگام ظهر که به خانه برمی‌گردم، خرید خانه را نیز انجام می‌دهم. در خانه ناهار را آماده و به درس دخترم تا حدودی رسیدگی می‌کنم و به اطرافیان تلفن می‌زنم و بعد تدارک شام را می‌بینم تا همسرم بیاید و مدتی را نیز با او در ارتباط با وقایع روز و تصمیم‌گیریها صحبت می‌کنم. تقریباً اواخر شب را برای رسیدگی به کارهای شخصی که مربوط به شغل‌ام است، اختصاص می‌دهم، اما معمولاً برای رسیدگی به آنها دیگر انرژی‌ای برایم باقی نمی‌ماند و مجبورم که کارهایم را به وقت دیگری و یا به محل کار منتقل کنم، حتی در بسیاری از موارد انجام کارهایم را فراموش می‌کنم. در صورتی که افراد بسیاری را می‌شناسم که مدت زمان بیشتری را در بیرون منزل به کار مشغول هستند، اما وضعیتی مثل من ندارند. تا به‌حال هم نتوانسته‌ام برای این موضوع راه‌حلی پیدا کنم.

○○ با توجه به موقعیت فعلی‌تان، پیش‌بینی چنین وضعیتی دور از انتظار نیست. بهترین راه‌حلی که می‌توان به شما توصیه کرد این است که کارهای مهمی را که جنبه فوریتی دارند، در درجه اول اهمیت قرار دهید. یعنی یک زمان معین را درنظر بگیرید و طی آن یکی از کارهای محدود خود را انجام دهید، اما هیچ وقت منکر واقعیت «محدودیت زمان» خود نشوید و آن را بپذیرید. اگر بدانید که چنین واقعیت انکارناپذیری وجود دارد، هرگز در قبال انجام کارهای نیمه تمام، احساس ناامیدی و شکست نخواهید کرد. برای سهولت در انجام کارهای نیمه تمام خود می‌توانید از یادداشتهای روزانه یا هفتگی استفاده کنید و در هر جای خانه‌تان قرار دهید.

شما می‌توانید یادداشتهای روزانه‌تان را بر روی کابینت و یا یخچال بچسبانید و یا در صورت امکان می‌توانید از یک وایت‌برد کوچک استفاده کنید. با این عمل مطمئن باشید که هیچ کاری در طول روز و یا هفته فراموش نمی‌شود. سعی کنید هر کاری را که شروع کردید به پایان برسانید. و برای عملی کردن آن، کارهایتان را به بخشهای کوچکتر تقسیم کنید و برای انجام هریک، زمانی معین را تعیین کنید تا به‌طور تدریجی آنها را انجام دهید. با این روش کارهایتان به صورت نیمه تمام رها نمی‌شود.

با تقسیم کارها به بخشهای کوچک متوجه خواهید شد که در پایان چه کار بزرگی را به اتمام رسانده‌اید. برای رسیدن به نتیجه مطلوب، فهرستی از تقسیم کارها تهیه کنید تا مطمئن شوید تمام کارها را به دقت انجام می‌دهید.

> **ذهن، قدرت تصویرسازی فراوان دارد و می‌تواند به کمک افکار مثبت و یا منفی، ما را به طرف موفقیت و یا شکست سوق دهد.**

به تجربه ثابت شده است که اگر کارهای ساده را در ابتدا انجام دهید، فرصت بیشتری برای انجام کارهای بزرگتر و سخت پیش‌رو خواهید داشت.

برای انجام کارهایتان حتماً یک جای معین و یا یک محل معین را درنظر بگیرید، زیرا با رفتن به آن اتاق و یا حتی نشستن روی صندلی مخصوص، خودبه‌خود متوجه می‌شوید تا کار را تمام نکنید، آن محل یا آن صندلی را ترک نخواهید کرد.

نکته قابل توجه این است که کارهایتان را به آخرشب محول نکنید و در اواسط روز خود را ملزم به انجام آنها کنید. برای انجام هر کاری زمانی حدوداً دو برابر مورد نیاز را درنظر بگیرید. مطمئناً نتیجه بهتری عایدتان خواهد شد.

همچنین برای مراجعه فوری به هنگام کارهای مهم، فایلی را برای خود تهیه کنید که در آن پرونده‌ها از هم منفک شده باشد. در این فایل صورت حسابهای مهم، کاغذهای مهم، رسیدهای ضروری و خلاصه هرچه را مهم به نظرتان می‌رسد به ترتیب طبقه‌بندی کنید تا هنگام نیاز، بدون اتلاف وقت به آن مراجعه کنید.

ضمناً شادابی و نشاط صبحگاهی، هنگام برخاستن از خواب می‌تواند باعث شود که شما در تمام روز با انرژی و سرعت عمل بیشتری کارهای خود را انجام دهید. اگر غیر از این باشد، روز بدی را پیش‌رو خواهید داشت و مثل این است که برای انجام هر کاری عقب هستید.

بنابراین حداقل هر روز صبح نیم ساعت را با چند حرکت نرمشی و کششی ساده شروع کنید، و یا با دعا و نماز و یا با قرار گرفتن در سکوت این شادی و نشاط را در خود ایجاد کنید.

همچنین برای اجتناب از داشتن روزی شلوغ و پردردسر، هر شب قبل از خواب، نقشه کارهای روز بعد را به دقت ثبت و همه چیز را آماده کنید و هر چیزی را سر جای خود قرار دهید تا روز بعد سرگردان نباشید.

از طرفی، انجام بعضی از کارها را در روزهای آخر هفته (تعطیل) بین افراد خانواده تقسیم کنید. برای افزایش کیفیت کارها تشویق شوهر و فرزندانتان را فراموش نکنید.

شما با سپردن کارها به افراد خانواده نتایج مطلوبی خواهید گرفت ،زیرا هم کارها به سهولت و در مدت زمانی کوتاه انجام می‌شود و هم مسوولیت‌پذیری را به صورت صحیح در خانواده‌تان شکل داده‌اید. در این صورت خودتان نیز احساس رضایت می‌کنید.

در پایان به شما توصیه می‌شود که با به تصویر کشیدن نتیجه یک عمل در ذهن خود آن تصورات را به واقعیت تبدیل کنید. ذهن، قدرت تصویرسازی فراوان دارد و می‌تواند به کمک افکار مثبت و یا منفی، ما را به طرف موفقیت و یا شکست سوق دهد. پس چه بهتر که همیشه مثبت فکر کنید تا موفقیت نصیبتان شود. ■

مشاور تحصیلی

افکار تحصیلی تان را تغییر دهید

از: زهرا طرقیان

○ دو سالی است که در ازمونهای دانشگاهها شرکت می‌کنم ولی قبول نمی‌شوم. با آنکه در دوران تحصیل دانش‌آموز موفقی بودم، اما شکست در آزمون اول یعنی در دوره پیش دانشگاهی به‌کلی روحیه‌ام را ضعیف کرد و حالا که می‌خواهم برای بار سوم مطالعه دروس کنکور را شروع کنم تمرکز چندانی ندارم، چطور می‌توانم گذشته تلخم را فراموش کنم تا بتوانم تمرکز کافی برای مطالعه داشته باشم؟

○○ شما در دوران تحصیلات دبیرستانی دانش‌آموز موفقی بوده‌اید، این نشان دهنده زمینه‌های مساعد ذهنی و تواناییهای ذاتی که دارید می‌باشد. اما کنکورها مسابقاتی با رقابتهای فشرده‌اند که برای کسب نمره و رتبه دلخواه در آن عوامل متعددی دخالت دارند و شما بهتر است روند مطالعاتی را در این دو سال بررسی کرده، نقاط قوت و ضعف‌تان را پیدا کنید و کاستی‌ها را دریابید و سپس درصدد جبران آنها باشید و تلاشتان را دوچندان کنید و با برنامه‌ای جدید و با استفاده از مشورت با دبیران مجرب و یا مشاورین تحصیلی و قبولشدگان کنکور مطالعات خودتان را شکل بدهید. در ضمن به یاد داشته باشید که شکست‌ها تلخ، ولی آموزنده‌اند هرچند که باید از شکست‌ها هم با تلخی یاد نکرد و آنها را به عنوان رویدادهایی که سبب رشد و تکامل انسان می‌شوند نگریست.

پس ابتدا لازم است بررسی کنید چه عواملی در عدم موفقیت‌تان مؤثر بوده است. آیا برنامه‌ریزی درستی داشته‌اید؟ به‌قدر کافی تمرینات تستی انجام داده‌اید؟ به موقع دروس خوانده شده را مرور کرده‌اید؟ روشهای مطالعه هر درس را می‌دانستید؟ در کنکورهای آزمایشی شرکت نموده‌اید و یا خواب و استراحت کافی داشته‌اید و غیره.

بررسی این موارد بسیاری از نقاط مبهم را روشن خواهد نمود و مسلماً با برطرف کردن نقاط ضعف و در پیش گرفتن راهکاری جدید به نتیجه مطلوبتان خواهید رسید و تلخی شکستی که می‌گویید به شیرینی مبدل می‌شود.

○ من هدفم روشن است و می‌خواهم در رشته مهندسی پزشکی قبول بشوم و به اندازه قابل قبولی هم دروس مربوطه را مطالعه کرده‌ام، ولی مرور کافی به دلیل محدودیت وقت نتوانستم داشته باشم، چرا که از ابتدای شروع به مطالعه در مهرماه سال گذشته بسیار کند حرکت می‌کردم و وقتی به شکست قبلی‌ام فکر می‌کردم، اعتماد به نفسم را از دست می‌دادم و پیشرفت چندانی نداشتم.

○○ لازم است برای موفقیت درپی تغییراتی در خودتان و روشهای به‌کار رفته باشید، همان طور که ذکر نموده‌اید عواملی مانند عدم مرور کافی و با سرعت مناسب نخواندن و در افکار منفی گذشته غرق شدن، مانع از پیشرفت در یادگیری دروس مورد نظرتان می‌شد. اینها کاستی‌هایی است که اکنون باید برطرف شود.

○ از نظر شما مطالعه کتابهایی در زمینه‌های اعتماد به نفس و تقویت اراده هم برای من مفید است؟

○○ بله، خوشبختانه کتابهای جدید و معتبری در زمینه خودشناسی و خودسازی و اعتماد به نفس موجود است که مطالعه آنها را به شما و همه داوطلبان کنکور توصیه می‌کنیم. ■

مشاوره تلفنی

خواهرم همه ما را خسته کرده است

○ خواهرم که ۱۷ ساله و دانش‌آموز است دچار وسواس شدیدی شده و همه‌مان را خسته کرده است، به‌طوری که او در طول روز به‌طور مداوم دستهایش را آنهم از آرنج می‌شوید و چندین بار کیف و کتابش را سرکشی می‌کند تا مطمئن شود سر جایش گذاشته یا نه، حتی نمازش را بارها و بارها تکرار می‌کند.

چندین بار با او صحبت کرده‌ام، خودش هم می‌داند که رفتارش منطقی نیست، ولی نمی‌تواند این رفتارها را کنار بگذارد، نمی‌دانیم باید با او چگونه رفتار کنیم؟

○○ همانطور که شما ذکر کرده‌اید خواهرتان دارای علائم وسواس است و چون این علائم به‌تازگی در او ایجاد شده، می‌تواند از نظر درمان زمینه مناسبی باشد. آنچه مسلم است این عارضه با صحبت و نصیحت و استدلال قابل درمان نیست و نیاز مبرم دارد که زیرنظر روانپزشک و طی جلسات متعدد روان‌درمانی و روانکاوی و دارودرمانی تحت درمان قرار بگیرد. خوشبختانه با توجه به اینکه زمان زیادی از ابتلای به این عارضه نگذشته به آسانی و البته به‌تدریج قابل درمان است.

○ متشکرم که راه‌حل این مشکل را به من نشان داده‌اید، خیلی دوست دارم بدانم که اصلاً چرا خواهرم دچار این عارضه شده است؟

○○ زمینه‌های وراثتی در ایجاد وسواس مؤثرند، اما عوامل محیطی هم می‌توانند در بروز این زمینه نقش داشته باشند. مثلاً رویدادها و تأثرات تلخ گذشته که اکنون فرد به عنوان یک واقعیت نمی‌تواند آنها را بپذیرد و به نوعی از حقیقت فرار می‌کند و برای رهایی از اضطراب و دغدغه‌خاطری که درپی آن ذهنیت آزاردهنده پیش می‌آید، با توسل به رفتار وسواسی به گونه‌ای از خود دفاع و محافظت می‌کند. بنابراین خواهرتان در صورتی می‌تواند در راه درمانش موفق شود که خودش تمایل زیادی به درمان و همکاری با درمانگر داشته باشد.

○ خواهرم از وضعیتی که دارد راضی نیست و خودش هم رنج می‌برد و می‌داند که در رفتار و حالاتش با دیگران تفاوت دارد، درواقع او از من خواسته که با شما تماس بگیرم.

○○ اگر خواهرتان واقعاً بخواهد از این وضعیت و حالت رهایی یابد، کمک بزرگی به درمانش خواهد کرد و همانطور که ذکر شد به دلیل مزمن نشدن این عارضه، درمان سریعتر و نتیجه‌بخش‌تر هم خواهد بود.

○ مادربزرگم هم دچار وسواس شستشو بود به‌طوری که تا آخر عمر رفتارش تغییر نکرد و از طرفی خواهرم نیز علاقه شدیدی به او داشت، آیا این مسأله هم می‌تواند در پیدا شدن عارضه وسواس در خواهرم نقشی داشته باشد بویژه که اطرافیان حالات ترحم‌آمیزی نسبت به مادربزرگم نشان می‌دادند؟

خواهرتان در صورتی می تواند در راه درمانش موفق شود که خودش تمایل زیادی به درمان و همکاری با درمانگر داشته باشد

○○ عوامل ایجادکننده هم می‌توانند توارثی و هم محیطی باشند. با توجه به اینکه مادربزرگتان هم دچار وسواس بوده‌اند پس زمینه ارثی این عارضه می‌تواند در خواهرتان هم وجود داشته باشد و نقش عوامل دیگر بایستی در جلسات روان‌درمانی و روانکاوی مشخص و روشن شوند و سپس روشهای درمانی مناسب توسط روانپزشک اعمال شود. ■

برای اینکه به کاری بیشتر بپردازید باید کار دیگری را کمتر انجام دهید

پاورقی خارجی

قسمت ششم

من «سیسرو» بودم

I WAS CICERO

ELYESA BAZNA

ترجمه: سیروس گنجوی

مشهورترین جاسوس جنگ جهانی دوم، داستان زندگی خود را تعریف می‌کند... حیرت‌انگیز، جذاب، باور نکردنی... تاکنون کتابی به این جذابی عرضه نشده است.

Chicago Tribune شیکاگو تریبیون

خلاصه شماره‌های گذشته:

در شماره‌های قبلی خواندید که «سیسرو» یا همان جاسوسی که آلمانها از طریق او اسرار جنگی متفقین را به دست آوردند، پس از جنگ جهانی اول و اشغال کشورش توسط ایتالیا، فرانسه و انگلستان به خاطر صدمه زدن به اموال فرانسویها محکوم به کار اجباری در «مارسی» شده و در همانجا زبان فرانسه را می‌آموزد.

سیسرو پس از آزادی و با استخدام به عنوان راننده مخصوص یکی از مقامات دولت یوگسلاوی به دنیای خواص (خدمتکاران مخصوص خارجیان مقیم ترکیه) آشنا می‌شود و پس از هفت سال تجربه اندوزی کار خود را رها کرده و به استخدام وابسته نظامی آمریکا درمی‌آید، اما در آن کار نیز زیاد دوام نیاورده و خدمت به کنسول سفارت آلمان را انتخاب می‌کند و در همان زمان است که برای اولین بار به خاطر کنجکاوی و خودنمایی نزد همسرش از برخی نامه‌های سفارت آلمان عکس می‌گیرد اما به دلیل لو رفتن موضوع صاحبکارش به شکل مؤدبانه عذر او را می‌خواهد...

اخراج مؤدبانه از محل کار و احساس حقارت ناشی از آن تأثیر بزرگی در افکار سیسرو می‌گذارد تا جایی که او تصمیم می‌گیرد با استفاده از نبوغ و تجربه خود بزرگترین جاسوس جهان شود. بنابراین وقتی به عنوان راننده مخصوص به استخدام دبیر اول سفارت انگلستان درمی‌آید. با استفاده از این فرصت به یکی از پرونده‌های مهم سفارت دست پیدا کرده و با مطالعه آن متوجه می‌شود که روسیه و انگلستان قصد دارند برای تقویت موقعیت خود در برابر آلمان، ترکیه را نیز درگیر جنگ نمایند از همین‌رو سیسرو به فکر می‌افتد تا با دستیابی به نقشه‌های جنگی متفقین و فروش آن به آلمان و درنهایت کمک به پایان سریعتر جنگ از درگیر شدن کشورش در یک خونریزی بزرگ جلوگیری کند...

سیسرو می‌دانست که برای رسیدن به این هدف ابتدا باید به خود سفارت انگلستان نفوذ نماید، بنابراین با ریختن طرح دوستی با خانم «مارا» که به عنوان پرستار بچه در منزل دبیراول سفارت انگلستان کار می‌کرد توانست صاحبکارش را متقاعد کند تا او را به عنوان راننده مخصوص به سفیر انگلستان معرفی نماید...

اکنون ادامه ماجرا در منزل سفیر انگلستان

آقای «باسک» پرونده را داخل کیفش گذاشت و از اتاق خارج شد. من آن شب، همه محتویات آن کیف را می‌خواندم!!

مثل یک چوب خشک، همانجا روی قالی گرانبهای اتاق سفیر ایستادم. آماده بودم تا به ارباب آینده‌ام امتحان پس بدهم.

اتاق بزرگی بود که سقف بلندی داشت و با سلیقه خاصی تزیین شده بود. در همه چیز، از فرش و صندلی گرفته تا میز کار خوش ساختی که یک مرد باسلیقه پشت آن نشسته بود، ذوق و سلیقه به کار رفته بود. مردی که سرفه نمی‌کرد، اما گلویش را صاف می‌کرد، نمی‌خندید، اما لبخند می‌زد. هیچ‌گاه دستانش را به هم نمی‌فشرد، اما با دقت آنها را روی هم می‌گذاشت. او مردی باریک اندام بود. صورتی لاغر و سبیل بلندی به رنگ قهوه‌ای کم‌رنگ داشت که وقار خاصی به او می‌بخشید. او از آن آدمهایی بود که اگر فریبکاری مرا کشف می‌کرد، اندکی رنجیده خاطر می‌شد، اما اگر ذره‌ای گرد و غبار روی آستین لباسش پیدا می‌کرد، فریادش به آسمان بلند می‌شد!

او به آرامی، درباره مشاغل قبلی‌ام سؤال کرد. من دقیقاً همان چیزهایی را که هنگام استخدام به آقای «باسک» گفته بودم به او تحویل دادم. فقط نگفتم که زمانی برای شوهرخواهر «ریبن تروپ» کار می‌کردم.

او روی سفارش دبیر اول خود حساب می‌کرد، بنابراین سروته مصاحبه زود به هم آمد! پرسید:

- چه وقت می‌توانی شروع کنی؟

صدای لطیف و گوشنوازی داشت. حتم داشتم که گاهی، وقتی کنار پیانو می‌نشست، با آن صدای مخملی‌اش ترانه‌های رمانتیکی اجرا می‌کرد!

پاسخ دادم:

- همین الان، عالیجناب!

در اقامتگاه سفیر

سرپیشخدمت که نامش «ذکی» بود همه جای خانه را به من نشان داد. اقامتگاه سفیر در میان تپه‌های «کانکایا» قرار داشت. ساختمان بزرگی چسبیده به خود سفارت بود. اما مطلع شدم که «سرهیو» ترجیح می‌دهد کارهایش را در کتابخانه منزلش انجام دهد. ظاهراً نامه‌های محرمانه و سری را نیز در همان جا نگهداری می‌کرد.

کتابخانه‌اش در طبقه اول ساختمان واقع بود، درست روی آشپزخانه اولین چیزی که توجه مرا به خود جلب و خیالم را راحت کرد آن بود که فرش اتاق، صدای پای مرا می‌گرفت و نمی‌گذاشت افرادی که در طبقه پایین بودند متوجه این صدا بشوند.

اقامتگاه کارکنان، و از جمله اتاق کوچک و محقری که دراختیار من گذاشته بودند در طبقه همکف نزدیک آشپزخانه قرار داشت.

من از فاصله بین اتاقها نت‌برداری کردم. در هر طبقه، راهروهای درازی وجود داشت. دو رشته پلکان هم بود که هرکدام را می‌خواستم می‌توانستم انتخاب کنم. در طبقه همکف دو تابلو نقاشی به دیوار نصب شده بود. یکی تصویر جرج ششم پادشاه انگلستان بود و دیگری پرتره ملکه انگلستان. از هر راهی که به اتاق خود می‌رفتم سر راه خود با یکی از این تابلوها روبرو می‌شدم. در صورت لزوم می‌توانستم چیزهایی را پشت این تابلوها پنهان کنم.

تختخوابهای جداگانه «سرهیو» و همسرش و همین‌طور دخترشان، و حمام‌های مربوط به هرکدام در طبقه دوم قرار داشت. من کشف کردم که در کمتر از یک دقیقه می‌توان بدون عجله از حمام سفیر به اتاقش رفت. و تقریباً سه دقیقه طول می‌کشید که خود را از حمام به کتابخانه‌اش در طبقه پایین برساند. از آنجا تا اتاق من در حدود دو دقیقه راه بود. همین‌طور، دریافتم که عالیجناب، علاقه زیادی به استحمام داشت. باید بگویم که از این بابت من هم شبیه او بودم، هرچند که می‌دانستم این وجه تشابه - که مرا هم طراز او قرار می‌داد - خاطر مبارکش را مکدر می‌ساخت!

چون آماده کردن حمام سفیر، و پوشاندن لباس پس از استحمام، بخشی از وظایف من بود، دومین چیزی که توجه مرا جلب کرد آن بود که در این فاصله، فرصت داشتم که خود را به کلید گاوصندوقی برسانم که او همیشه اسناد مهم را درون آن نگهداری می‌کرد!

سرپیشخدمت، کمد لباس اتاق خواب را که مخصوص سفیر بود به من تحویل داد.

در این کمد، ۲۵ دست لباس آویزان شده بود و من با قدرشناسی، دستی روی آنها کشیدم. بوی عطر تندی از درون کمد بیرون می‌زد. انگشتان من به داخل جیب لباسها لغزید، اما به جز چند قرص مخصوص سوءهاضمه، چیز دیگری پیدا نکردم.

روی میز توالت، یک تصویر سیاه قلم ناتمام وجود داشت که چشم‌انداز شهر را از درون قاب یک پنجره نشان می‌داد. ماهرانه نقاشی شده بود. «سرهیو» یک نقاش بود.

درحالی که این نقاشی را در دست داشتم به طرف پنجره رفتم و آن را گشودم. نفس عمیقی کشیدم. پاییز در «آنکارا» زیباترین فصل سال است. گرمای کشنده تابستان تمام شده و هوای خنک شب،

به‌راستی حال آدم را جا می‌آورد!

از آن بالا به درختان سپیداری که در پایین تپه قد برافراشته بودند نگریستم و چشمم به زمین‌های تنیسی افتاد که متعلق به سفارت بود.

اگر «سرهیو» در آنجا به ورزش تنیس می‌پرداخت، فرصت دیگری بود تا نقشه خود را اجرا کنم. این سومین چیزی بود که توجه مرا به خود جلب کرد.

تصویر نقاشی شده را پایین گذاشتم و پنجره را بستم. به طرف میز کنار تختخواب رفتم و کشوی آن را گشودم. پر از قرص خواب بود. این کشف دیگری بود که باعث خوشحالی من شد. کشو را دوباره بستم.

همین که سرم را برگرداندم، زن زیبا و متشخصی را دیدم که در آستانه در ایستاده بود. چشمان درشت و درخشانی داشت. موهایش به دقت شانه شده بود و درحالی که گوشه لبهایش به سوی پایین متمایل گشته بود با شک و تردید مرا می‌نگریست. پرسید:

- تو خدمتکار جدید هستی؟

تعظیمی کرده و گفتم:

- بله، مادام. اسم من «علی عیسی» است.

خانم «ناچبول هیوجسن» نگاه زودگذری به من انداخت و بی‌آنکه حرفی بزند از اتاق بیرون رفت. او همسر سفیر بود و احساس کردم در مقابل این زن، باید بیش از شوهرش حواسم را جمع کنم و چهارچشمی مراقب او باشم!

دوباره ترس، سراسر وجودم را فراگرفت.

برای آنکه به خود جرأت و شهامت بدهم، وقتی از اتاق خواب خارج می‌شدم نقاشی سیاه قلم را هم با خودم بردم. آن را پشت تابلوی «جرج ششم» پنهان کردم. سه روز بعد، دوباره آن را از پشت تابلو بیرون کشیدم و روی میز توالت گذاشتم. عالیجناب سفیر انگلیس، نه متوجه ناپدید شدن آن شده بود، نه آنکه پیدا شدنش توجه او را به خود جلب کرد. فقط سرسری نگاهی به آن انداخت!

البته او شعر هم می‌گفت، اما احساس کردم که در این زمینه من خیلی سرتر از او هستم.

در کنار مارا

شب به سراغ «مارا» رفتم. این زن، مثل یک شعله آتش بود. دیگر به نامزد بی‌وفایش نمی‌اندیشید و فکر او را از سر بیرون رانده بود. غذاهای مورد علاقه مرا پخته بود.

ما در آشپزخانه «باسک» نشسته بودیم و بچه در تختخوابش خوابیده بود. آن شب، پدر و مادرش مهمان وابسته بازرگانی شوروی بودند.

من به انگشتان «مارا» - که ماهرانه سرگرم درست کردن باقلوا بود - نگریستم. «مارا» گفت:

- از دیدنت خیلی خوشحالم.

از جا برخاستم و درحالی که یک سینی خالی را برمی‌داشتم گفتم الساعه برمی‌گردم.

سپس با عجله از آشپزخانه بیرون رفتم و در تاریکی خانه غرق شدم.

من به عادات آقای «باسک» آشنا بودم. آنچه را که می‌خواستم در کشوهای میزش یافتم. گشودن کشوها برایم کاری نداشت. کیف او را بیرون کشیدم و اسنادی را که به خانه آورده بود از آن خارج ساختم. سپس کیف را دوباره داخل کشو گذاشتم. اسناد را روی سینی قرار داده رویش را با دستمالی پوشاندم.

به آشپزخانه و نزد «مارا» برگشتم. بساط خود را پایین گذاشتم، دستمال را از روی سینی برداشتم و سینی را روی میز درست زیر نور چراغ قرار دادم.

«مارا» ناگهان دست از کار کشید و با دهان باز به من خیره شد. من به طرف مکانی که قابلمه‌های دردار بی‌مصرف را در آنجا در بالای اجاق آویزان کرده بودند رفتم و از درون یکی از آنها، دوربین «لایکا»ی قدیمی خود را بیرون آوردم. این همان دوربینی بود که قبلاً با آن از بچه‌هایم عکس انداخته بودم.

از همه اسناد، صفحه به صفحه عکس گرفتم. برای این کار، می‌بایستی از چهارپایه بلند آشپزخانه بالا می‌رفتم تا بتوانم از زاویه بالا از این اسناد عکس بگیرم. کار دشواری بود. فکر کردم در آینده باید درصدد پیدا کردن راه بهتری برای این کار باشم.

«مارا» زیرلب گفت:

- من حدس زده بودم!

به گفته‌اش توجهی نشان ندادم. همه حواسم را جمع کرده بودم تا عکسهای خوب و دقیقی بگیرم. پرسیدم:

- آیا تو مایلی که ترکیه به جنگ کشیده شود؟ یقین دارم که چنین آرزویی نداری!

او پاسخی نداد.

با خونسردی و اعتماد به نفس کامل به کارم ادامه دادم. از این بابت می‌بایستی ممنون «مارا» باشم، زیرا حضور او چنین اعتماد به نفسی را به من می‌بخشید. کار کردن در حضور او، ترس را از وجودم می‌زدود.

وقتی کارم تمام شد، دوربین را دوباره درون قابلمه گذاشتم. اسناد را به سر جایشان برگرداندم. بطری «مشروب» را دوباره به کتابخانه بردم و همه چیز را دقیقاً سر جایش گذاشتم!

همین که به آشپزخانه بازگشتم دیدم «مارا» هنوز به قابلمهٔ درداری که دوربین را داخل آن پنهان کرده بودم چشم دوخته است. آهسته زیر لب گفت:

- به عقل جن هم نمی‌رسد! هیچ کس نمی‌تواند آن را پیدا کند.

گفتم: لازم نیست آهسته صحبت کنی. هیچ کس به جز من و تو در خانه نیست!

من این دوربین را درست نیم ساعت پیش، درون قابلمه گذاشته بودم تا در صورتی که آقای «باسک» سرزده به خانه بیاید غافلگیر نشوم.

«مارا» سخت به هیجان آمده بود و همین ناآرامی او به من قوت قلب می‌داد تا آرام و خونسرد باشم. لبخند زدم، و او فکر می‌کرد قهرمان رؤیاهایش را یافته است. هیجان‌زده گفت:

- تو به سازمان مخفی ترکیه تعلق داری. مثل روز برایم روشن است که تو مأمور مخفی سازمان امنیت ترکیه هستی!

لبخندی زدم که نیشم تا بناگوش باز شد. من فقط نقش مأمور مخفی را ایفا می‌کردم. وابسته به هیچ سازمانی نبودم. خودم، نوکر خودم بودم و آقای خودم!

بگذار هرچه می‌خواست تصور کند. درحالی که بادی به غبغب انداخته بودم، خونسرد سر میز آشپزخانه نشستم، اما ناگفته نماند که ترس به سراغم آمده بود و زانوانم در زیر میز، مثل بید می‌لرزید!

عکسبرداری از اسناد

من فرصت خواندن اسناد را نداشتم، از این‌رو از آنها عکس گرفتم. بعداً از مضمون آنها آگاه می‌شدم.

درمیان این مدارک، سندی بود که بریتانیا فهرستی از وسایل جنگی‌ای که آمریکا به روسیه تحویل داده بود تهیه کرده بود. این فهرست از این قرار بود:

تلفن صحرایی ۱۸۹/۰۰۰ دستگاه
کابل ۶۷۰/۰۰۰ مایل
سیم خاردار ۴۵/۰۰۰ تن
چرم ۱۰/۵۰۰ تن
پوتین ۴/۰۰۰/۰۰۰ جفت
هواپیما ۴/۱۰۰ فروند
تانک ۲/۰۰۰ دستگاه
مسلسل ۱۵۰/۰۰۰ قبضه

این فهرست تمام‌شدنی نبود. اگر دراختیار آلمانی‌ها قرار می‌گرفت به آنها نشان می‌داد که متفقین برای حمایت از یکدیگر چه تلاش خارق‌العاده‌ای به عمل می‌آوردند!

از این گذشته، این یادداشت به کنفرانسی اشاره داشت که در اکتبر ۱۹۴۳، در مسکو برگزار شده بود. در این کنفرانس خاطرنشان شده بود که روسها درصدد وارد ساختن فشار به ترکیه هستند تا علیه آلمان نازی وارد جنگ شود. چنین عملی از سوی ترکیه، سبب می‌شد که آلمان، پانزده لشکر خود را از جبهه شرقی بیرون بکشد.

من و «مارا» با لذت فراوان باقلواها را خوردیم. من این دختر را نیز وارد بازی خطرناک خود کرده بودم. برایش قدری حرف زدم و کلی خالی بستم، و دست آخر گفتم:

- من همه این کارها را به خاطر کشورم انجام می‌دهم.

قصدم از این حرفها، آن بود که خود را بالا ببرم و مأموریتم را از دیدگاه او مهم و باارزش جلوه بدهم!

- آیا مرا دوست داری؟

این تنها پرسشی بود که «مارا» از من کرد.

پاسخ دادم: خوب مسلم است که بله.

و به این حرف، باور داشتم.

من آدمی بی‌شرم و حیا، و درعین حال از خود نامطمئن بودم. وجودم سرشار از حرص و طمع برای رسیدن به هدفم بود. راهی که برای رسیدن به این هدف، در آن گام نهاده بودم آکنده از وحشت و خطر بود!

هنگامی که خانه آقای «باسک» را ترک گفتم «مارا» دوربین را از قابلمه بیرون آورد و به‌گونه‌ای آن را به دستم داد که گویی یک هدیه عاشقانه است و من نباید تا قبل از خواب، آن را باز کنم و تمام شب به یاد او باشم!

شب بسیار سردی بود. یقه پالتویم را بالا کشیدم و با عجله از آنجا دور شدم. کار جدید من به عنوان خدمتکار مخصوص «سرهیو ناچبول هیوجسن» سفیر انگلستان از فردای آن روز آغاز می‌شد.

ادامه دارد

ماجراهای خواستگاری

از: کورش کاشانی

نامزد دوران کودکیم به خواستگاریم آمد

خدا می‌داند که من چقدر جیغ زده و داد و فریاد کرده بودم که با پسرعمویم ناصر ازدواج نمی‌کنم. اما مگه پدرم می‌توانست قبول کند!! این دیگه رسم خانوادگی شده بود.

هیچ کس حق نداشت با یک غریبه ازدواج کند. این قانون را از خیلی سال پیش پدرم گذاشته و نمی‌خواست ثروت خانواده ما بیرون برود. پسرها و مخصوصاً دخترها موظف بودند با کسانی ازدواج کنند که پدرم انتخاب می‌کرد که اکثر آنها یا عموزاده بودند و یا عمه‌زاده.

هشت تا خواهر و برادر بودیم با یک پدر پولدار که حتی حاضر نمی‌شد یک ماشین به نام بچه‌هایش بخرد به‌طوری که بچه‌ها تا خرخره به او محتاج بودند و با این روش همیشه احساس قدرت می‌کرد. همه خواهر و برادرهایم به میل او ازدواج کرده بودند. خیلی از آنها تناسبی با همسرهایشان نداشتند اما چاره چه بود، ترس از محروم شدن از ارث همه را وادار می‌کرد که کمر خم کنند و هرآنچه را که پدر می‌خواست انجام بدهند، اما من دختر آخر خانواده بودم و نمی‌توانستم هرچه پدرم می‌گوید قبول کنم. از بچگی می‌دانستم که من نامزد پسرعمویم ناصر هستم. پسرعمویی که از سن یازده سالگی به بعد هرگز او را ندیده بودم. می‌گفتند پسر خوب و خوش قیافه‌ای است و... ولی اینها مرا راضی نمی‌کرد. نمی‌خواستم قبل از اینکه خودم چیزی را بخواهم دیگران برایم تصمیم بگیرند.

ناصر خیلی سال قبل برای تحصیل به آمریکا رفته و در تمام آن سالها حتی یکبار هم به ایران نیامده بود. دیپلمم را که گرفتم، رفتم دانشگاه. پدرم خیلی از این کار خوشش نمی‌آمد چرا که علاقه چندانی به تحصیل دخترهایش نداشت و ترجیح می‌داد ما هرچه زودتر ازدواج کنیم و سر خانه و زندگی‌مان باشیم. اما من از وحشت اینکه مبادا یکدفعه سروکله ناصر پیدا شود و بخواهند مرا شوهر دهند رفتم دانشگاه.

در آن سالها برای من هم مثل خیلی از دخترها خواستگارهای زیادی می‌آمد. ولی پدر آنها را در خانه راه نمی‌داد و به همه می‌گفت، مرجان نامزد پسرعمویش است. این رفتار او مرا عصبی می‌کرد و همیشه عامل جروبحث و قهر من می‌شد. البته پدرم با من ملایم‌تر از بقیه بچه‌ها رفتار می‌کرد و چون بچه آخر بودم، علاقه خاصی به من داشت. زمان هرچه بیشتر می‌گذشت بیشتر نگران می‌شدم. عمو مدام با ناصر در تماس بود که باید هرطور شده یک سفر به ایران بیاید و مرا عقد کند. نمی‌دانید چه حالی بودم. مخصوصاً وقتی تاریخ سفر ناصر مشخص شد دیگر چشم‌های من یکی اشک بود و یکی خون. مادرم آنقدر دلش برای من می‌سوخت که پابه‌پای من اشک می‌ریخت. پدرم از یک طرف نمی‌خواست حرفش را عوض کند و از طرف دیگر دلواپس سلامتی من بود. بالاخره بعد از این همه اشک و آه پدر راه‌حلی پیش پایم گذاشت و گفت:

ـ ناصر از آمریکا می‌آید. تو او را می‌بینی اگر او را نپسندیدی می‌توانی جواب رد بدهی، اما تا قبل از اینکه او نیامده هیچ خواستگاری حق ندارد به خانه ما بیاید.

راه‌حل نسبتاً خوبی بود، بنابراین خودم را آماده کردم تا در همان جلسه اول که ناصر را دیدم او را نپذیرم و از دستش راحت شوم، زیرا از وقتی خودم را شناخته بودم سایه‌اش را بالای سرم احساس می‌کردم و درحالی که سالها بود ندیده بودمش اما می‌دانستم که اول و آخر همسر آینده‌ام خواهد بود و این موضوع همیشه حرص مرا درمی‌آورد.

> **من از وحشت اینکه**
> **مبادا یکدفعه سروکله**
> **ناصر پیدا شود و**
> **بخواهند مرا شوهر دهند**
> **رفتم دانشگاه**

بالاخره ناصر آمد و همه فامیل به بدرقه‌اش رفتند، اما من نرفتم فرودگاه. مادر می‌گفت باید خودم را سرسنگین بگیرم. من هم از خدا خواسته خانه ماندم. دیگر آخر شب بود که همه آمدند خانه، خسته و خواب‌آلوده بودند ولی لابه‌لای حرفهای خواهر و برادرهایم می‌شنیدم که می‌گفتند:

ـ عجب پسر خوبی است. چه خوش برخورد و گرم است...

زمزمه این حرفها کنجکاوم کرده بود. از خواهرم پرسیدم که ناصر چه‌طور پسری بود و او درحالی که نگاه پرمعنایی بهم کرد، گفت:

ـ دیگه نگران هیچ چیز نباش. شانست زده. از تو که خیلی سرتر است. خدا خدا کن که او ترا بپسندد...

این حرف، کمی به من برخورد. اما هرچه بیشتر فکر کردم دیدم کاملاً منطقی است. همان‌طور که برای من حق انتخاب قائل شده بودند، برای او هم قائل شدند. آن شب برای اولین بار ترس غریبی به دلم افتاد و آن هم اینکه اگر او مرا نپسندد چه باید بکنم!! حس می‌کردم به غرورم خیلی برمی‌خورد و...

همیشه به خاطر پولدار بودن پدرم و اسم و رسم داشتن خانواده‌ام، غرور کاذبی داشتم و حس می‌کردم همه مردهای عالم آرزوی ازدواج با من را دارند و حالا من هستم که باید انتخاب کنم.

روز بعد ناصر به خانه ما آمد. چند جعبه هدیه هم همراهش بود. وارد خانه که شد دیدم تعریف و تمجیدها چندان هم بیراه نبوده. هم خوش قیافه بود و هم خوش برخورد. جعبه‌های هدیه را که کنار میز گذاشت فکر کردم همه را برای من خریده. اینطوری می‌توانستم باز هم مطمئن باشم که هنوز حق انتخاب با من است. اما وقتی هدیه‌ها را باز کرد دیدم برای همه اعضای خانواده است و جز یک عطر کوچک چیز دیگری مال من نبود. رفتارش درعین محترمانه بودن بسیار رسمی بود و من چقدر از او داشت خوشم می‌آمد. ناهار نخورده رفت. فکر می‌کردم این روزها باید تمام مدت خانه ما باشد ولی این‌طور نبود. هر روز خانه یکی از بستگان می‌رفت و تا یک هفته او را ندیدم. بعد از یک هفته پدرم پیغام داد که باید ناصر و مرجان حرفهایشان را هرچه زودتر بزنند و نتیجه را اعلام کنند. ناصر هم یک روز آمد خانه ما و چند ساعتی با هم صحبت کردیم. او پسر بسیار فهمیده و منطقی بود. همان اول صحبتمان از من خواست به دور از تعصب های خانواده و اجبار پدرم در مورد ازدواج با او تصمیم بگیرم. دلش نمی‌خواست همسر آینده‌اش از سر اجبار با او ازدواج کند و...

از هر دری حرف زدیم، روز بعد با هم رفتیم کاخ گلستان را دیدیم و تمام مسیر باز صحبت کردیم. خلاصه یک هفته مدام این طرف و آن‌طرف می‌رفتیم. دیگه نسبت به او آن احساس گذشته را نداشتم. او مرد قابل اطمینانی بود. مستقل فکر می‌کرد و برای زندگی آینده‌اش هزار برنامه داشت...

بالاخره من جواب مثبت خودم را اعلام کردم و قرار خواستگاری گذاشته شد. روز خواستگاری آنقدر خوشحال بودم که انگار داشتم پرواز می‌کردم. پدرم هم خوشحال بود که آخرین بچه‌اش هم طبق میل او ازدواج خواهد کرد.

در تمام مجلس از خودش تعریف می‌کرد که چقدر دوراندیش بوده و با وجود مخالفت دخترش با این ازدواج جوری رفتار کرد که بالاخره رضایت من را جلب کرده. غافل از اینکه این خواست و اراده هر دوی ما بود و اگر یکی از ما دو نفر به این وصلت رضایت نداشتیم هرگز رخ نمی‌داد.

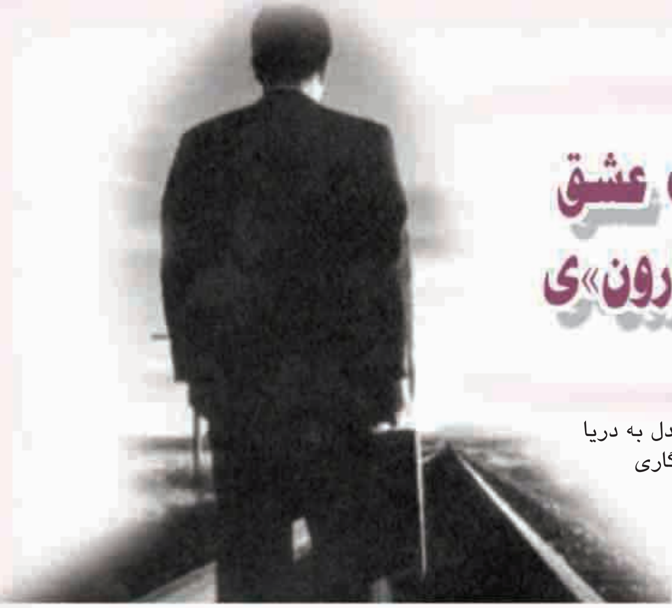
مراسم خواستگاری به خوبی و خوشی تمام شد و حالا هشت سال از ازدواج ما می‌گذرد...

■

در پیچ و خم دادگاه

از : راشین مختاری

عاقبت عشق «گنج قارون»ی



دیگه بعد از هفت سال، طاقتم طاق شد. تنها وسایلی که از آن خانه می‌توانستم با خودم بیرون بیاورم، یک چمدان بود و کامپیوتر شخصی‌ام. ساعت یازده صبح بود، می‌دانستم شبنم خانه نیست. بچه‌ها مهدکودک هستند و خانه خالی است. به دور و برم نگاه کردم، دیدم هیچ چیز به من تعلق ندارد. انگار در آن خانه مهمان چند ساله بودم. زیادی مانده بودم. باید می‌رفتم. شاید زودتر از اینها باید بارم را جمع می‌کردم و می‌رفتم. به سراغ وسایل شخصی‌ام رفتم، همگی توی چمدانم جا شد. از پله‌ها پایین آمدم، خواستم سوار ماشین شوم، یادم افتاد این ماشین هم مال من نیست، سوئیچ را گذاشتم روی ماشین و پیاده تا ته کوچه رفتم. اولین تاکسی جلو پایم ایستاد و به او نشانی خانه قدیمی پدری‌ام را دادم. خانه‌ای در شرق تهران. سالها بود که خواهرم در آن زندگی می‌کرد. تنها جایی بود که می‌توانستم امید داشته باشم که چند آجری از آن به من تعلق دارد.

کم‌کم از خیابانهای پردرخت و فراخ بالای شهر گذشتیم و به کوچه پس‌کوچه‌های تنگ و شلوغ محله قدیمی رسیدیم. در تمام مسیر داشتم فکر می‌کردم که چرا هفت سال زندگی‌ام را به آن خانه مجلل فروختم؟! خانه‌ای که هرگز برایم سعادت نیاورد. تمام روزها را با جنگ و دعوا گذراندم. تحقیر شدم و باور می‌کردم که هیچ نیستم. این وضعیت تنها برای من نبود. شبنم بیچاره هم اگر وقتش را با این دو بچه پر نمی‌کرد، خدا می‌داند چه سرنوشتی پیدا می‌کرد. دختری با آن همه امکانات اسیر مرد ساده‌ای چون من شده بود که هیچ‌کدام از بلندپروازیهای او را نمی‌توانست جوابگو باشد.

وقتی با شبنم آشنا شدم، دانشجوی سال آخر پزشکی بودم. یک دل نه صددل عاشقش شده بودم. هم زیبا بود و هم دختری پرجنب و جوش. اما دنیاهایی که در آن داشتیم زندگی می‌کردیم، زمین تا آسمان با هم فاصله داشت. من از یک خانواده ساده بودم. در تمام زندگی‌ام درس خوانده بودم و هرگز چیزی به غیر از درس برایم اهمیت نداشت. شبنم اولین دختری بود که وارد زندگی من شده بود و من به او علاقه‌مند شده بودم، اما او در محیط متفاوتی بزرگ شده بود. پدر ثروتمندی داشت و بعد از دیپلمش هیچ انگیزه‌ای برای درس خواندن نداشت. این رابطه به جایی رسید که من حس می‌کردم بی‌او نمی‌توانم زندگی کنم، اما چطور می‌توانستم به خواستگاری‌اش بروم؟! دستهایم خالی بود، پدرم خیلی سال قبل فوت کرده بود و بقیه اعضای خانواده هشتشان گرو نه بود. از هیچ کس نمی‌توانستم کمک بگیرم. برای همین به شبنم گفتم، نمی‌توانم به خواستگاری‌اش بروم، اما شبنم اصرار داشت این کار را بکنم. می‌گفت، پدرش به ما کمک خواهد کرد. همه امکانات را به ما می‌دهد و...

خلاصه من هم دل به دریا زدم و رفتم خواستگاری شبنم. همان جلسه اول همه چیز را صریح و واضح برای پدرش توضیح دادم. گفتم که چند ماه دیگر فارغ‌التحصیل می‌شوم و تازه باید مراحل بعدی طرح و... را بگذرانم. نه سرمایه‌ای دارم و نه پدر پولداری که بتواند کمکم کند و...

پدر شبنم همه را شنید و بعد با اشتیاق گفت:

-در عوض شما یک پزشک هستید. این چند سال که تمام شود، زندگی‌تان روی روال عادی‌اش پیش می‌رود. وضع مالی‌تان خوب می‌شود، موقعیت اجتماعی پیدا می‌کنید. تخصص می‌گیرید، جراح می‌شوید و...

> **همسرم و پدر ثروتمندش آنقدر مرا تحقیر کردند تا اینکه مجبور شدم...**

اینها همه رؤیاهایی است که هر دانشجوی پزشکی در سر دارد، ولی واقعیت این که رسیدن به همه اینها آسان نیست.

پدر شبنم عملاً از من هیچ چیز نخواست. گفت که خانه‌ای برای شبنم می‌خرد و همه هزینه عروسی را تقبل می‌کند. این موقعیت برای من هم خوب بود. می‌دانستم که این‌جوری راحت‌تر می‌توانم ادامه تحصیل بدهم و دغدغه خانه و امکانات اولیه زندگی را نخواهم داشت. خلاصه همه چیز به خوبی و خوشی گذشت. مراسم عروسی مجللی برگزار شد. پدر و مادر شبنم از اینکه دامادشان دکتر است خیلی به خودشان می‌بالیدند و من هم از اینکه به این آسانی با دختری که دوستش داشتم عروسی کرده بودم، احساس رضایت می‌کردم. توی خانواده شبنم کمتر آدمهای تحصیلکرده می‌شد، پیدا کرد و همین که من دکتر بودم برای همه قابل احترام بود. دیگه کسی پولش را به رخ من نمی‌کشید. شبنم هم از اینکه شوهرش از همه دامادهای خانواده تحصیلکرده‌تر است، احساس غرور می‌کرد. من در این میان به‌تنها چیزی که فکر نمی‌کردم، اختلافات فرهنگی و مالی بود. درست مسأله‌ای که سالها بعد معضل بزرگ زندگی من شد.

بعد از ازدواج، من باید دوره طرحم را می‌گذراندم. دو سال را در منطقه بسیار بدآب و هوا گذراندم. شبنم باردار بود و در تهران ماند. بعد از دو سال، کاری در اطراف تهران پیدا کردم و ماندگار شدم. تصمیم داشتم برای تخصص درس بخوانم، اما هرچه امتحان دادم ناموفق بودم و این موضوع مرا خیلی رنج می‌داد. نمی‌دانستم چه باید بکنم. کم‌کم امیدم را از دست دادم و به اینکه یک پزشک عمومی باشم قناعت کردم، اما شبنم راضی به این وضعیت نبود. او همه آرزوهایش حول داشتن یک شوهر جراح معروف و پولدار می‌گشت. خانواده شبنم هم بعد از چند سال وقتی متوجه شدند پزشک بودن من هرگز به معنای ذهنی آنها نیست، حسابی بهم ریختند. یک داماد بی‌پول داشتند که مجبور بود در روستاهای اطراف تهران کار کند. تصور ذهنی پدر شبنم این بود که من بالاخره یک روز مطبی مجلل در تهران باز خواهم کرد و مایه افتخارش می‌شوم و او می‌تواند به همه بگوید که من دامادش هستم. اما نه، واقعیت زندگی چیز دیگری بود. کدورتها شروع شد. درآمد من هرگز نمی‌توانست زندگی پرخرج شبنم را تأمین کند. او حاضر نبود قناعت کند و از خواسته‌هایش کم کند. برای همین پدرش دائم مجبور بود، جور زندگی ما را بکشد و این موضوع مرا خیلی ناراحت می‌کرد. مدام تحقیر می‌شدم. از شبنم می‌خواستم شرایط مرا درک کند و هزینه‌های زندگی را با درآمد من متعادل کند، اما او نمی‌پذیرفت و همین مسأله جنگ و دعواهایی به راه انداخت. طوری که حتی بچه‌هایم هم پدربزرگشان را بیش از من دوست داشتند، چون او برایشان هدیه‌های گران‌قیمت می‌خرید؛ چیزهایی که شاید من هرگز نمی‌توانستم بخرم.

کم‌کم کار به جایی رسید که همه می‌گفتند من آنقدر بی‌عرضه هستم که نمی‌توانم حتی از عهده هزینه‌های زندگی‌ام بربیایم. دیگر هیچ غروری برای من باقی نمانده بود.

آنقدر تحقیر شدم تا بالاخره امروز چمدانم را برداشتم و از خانه بیرون زدم. امروز هم آمده‌ایم دادگاه تا نقطه پایان این زندگی را امضاء کنیم. ■

بزرگترین جهل انسان، نپذیرفتن دانش دیگران درباره چیزی است که خود از آن اطلاعی ندارند

چرا شوهرانتان جوانمرگ می‌شوند

از: فرزانه صداقت
روان‌شناس
عضو هیأت علمی
دانشگاه

زان می عشق کزو پخته شود هر خامی
گرچه مـاه رمضـان است بیـاور جامی
«جناب حافظ»

خانم‌های عزیز اگر می‌خواهید شوهرتان در کار و زندگی پیشرفت کند و در ضمن بیشتر شما را دوست بدارد، به مطالب این مقاله توجه خاصی بفرمایید. بخصوص اینکه در طی ماه رمضان و به خاطر روزه‌داری بسیاری از مطالب زیر به شما بیشتر ثابت خواهد شد، چرا که بدون هیچ تردیدی سعادت و کامیابی شما در زندگی زناشویی در گرو سلامت افراد خانواده، خودتان و بخصوص شوهرتان است.

دکتر لوئیس دوبلین متخصص مؤسسه بیمه عمر معروف «متروپولتین» در مقاله‌ای تحت عنوان «کشتن شوهران خود را متوقف سازید!» می‌نویسد: پس از چهل سال تجربه به عنوان آمارگیر یک شرکت معروف بیمه عمر به این نتیجه رسیده‌ام که اگر زنها جداً به مسوولیت‌های واقعی خود توجه می‌کردند و مواظب سلامت شوهران خود بودند، بسیاری از مردها به مرگ پیش‌رس دچار نمی‌شدند!»

پزشک مشهور دیگری به نام «**دکتر هربرت پولماک**» در مقاله‌ای تحت عنوان «چرا شوهرانتان جوانمرگ می‌شوند» اینطور عقیده دارد: «**کوشش‌های شما در طولانی ساختن عمر شوهرتان اثرات قطعی و غیرقابل انکاری دارد، هم‌اکنون نیروی طولانی ساختن عمر شوهرتان در دست شماست...**»

این درحالی است که پژوهش‌ها و آمارهای علمی ثابت کرده که تلفات مردان حدود پنجاه ساله بین ۷۰ تا ۸۰ درصد بیش از تلفات زنان در همین سنین است به‌طوری که اگر به دور و بر خود نگاهی بیفکنید، درخواهید یافت جمعیت بیوه‌زنان بالای پنجاه بیشتر از مردان همسر از دست داده همین سن است.

بنابراین شما خانم‌های عزیز نمی‌توانید مسوولیت خود را در بالا آمدن شکم، فربهی و افزایش قند و چربی خون شوهرتان انکار کنید. مگر نه این است که مرد آنچه را که همسرش مقابلش می‌گذارد میل می‌کند؟

غالب مردها وقتی پا به سن می‌گذارند، خیلی بیش از میزان احتیاج بدنشان غذا می‌خورند، درحالی که فعالیت مردها با سن بیشتر کمتر می‌شود، به مواد غذایی کمتری نیاز دارند و از طرف دیگر دستپخت عالی شما دارای کوهی از مواد نشاسته‌ای و قند و چربی است.

برهمین اساس اگر می‌خواهید خدای نکرده خود را به صورت یک بیوه مجسم ننمایید و خود را دارای مشکلات عدیده‌ای ناشی از بیماری همسر و خودتان نکنید، این وظیفه واجب شماست که پیش از آنکه وقت بگذارید و دیر بشود، برنامه غذایی مناسبی به اقتضای سن و سال خود و شوهرتان تنظیم نمایید.

البته در کنار توجه به نکات بعدی در آیین شوهرداری، بهتر است با یک متخصص تغذیه نیز مشورت نمایید.

در ضمن این نکات به سلامت و سعادت شما و شوهرتان و همچنین اطرافیانتان کمک شایانی می‌کند.

۱. مواظب باشید، شوهرتان غذا را بدون عجله و شتاب و عاری از هرگونه هیجان و التهاب صرف کند، چرا که سر سفره جای مباحث روزمره و برنامه‌ریزی برای کار و زندگی نیست و بدترین خانواده ازلحاظ سلامت جسم و روح آنهایی هستند که آقا ناگزیر است لقمه به دهان، کیفش را به دست بگیرد و خود را از درب خانه به بیرون پرتاب کند.

به خاطر داشته باشید اگر شوهر شما در اداره ناهار را در پانزده دقیقه صرف می‌کند، تا خود را به کنفرانسی مهم برساند، در ضمن، در همین پانزده دقیقه ناهار هم دو بار صحبت موبایلی با شما داشته باشد، به‌زودی باید مسائلی را که برایتان بسیار گران تمام می‌شود، متحمل شوید.

۲. صبح‌ها زودتر از شوهرتان از خواب بیدار شوید و ترتیبی بدهید که او صبحانه‌اش را به مقدار کافی و بدون شتاب صرف نماید، زیرا این یک ساعت وقت روزانه، سهم بازیافته‌ای از بقیه عمر شماست که سلامت و نشاط شما و شوهرتان را تضمین می‌کند.

۳. وزن و هیکل شوهر خود را همان اندازه تحت مراقبت قرار دهید که به وزن و قامت خود توجه می‌نمایید. در فیلم سینمایی «**مادر**» از زبان پسر بزرگ خانواده با بازی هنرمندانه «محمدعلی کشاورز» می‌شنویم که خطاب به مادرش «مرحوم رقیه چهره‌آزاد» درددل می‌کند که همسرش دائم به سونا و استخر می‌رود، رژیم دارد و آب گریپ فروت می‌خورد. ولی هرچه پیه و چربی و مواد چاق‌کننده را به او می‌دهد تا بخورد. و در آخر می‌گوید او شده «توئیگی» (ملکه معروف لاغری و زیبایی اندام) و خودش شده است «بوفالو»!

بنابراین هرگاه دیدید که وزن شوهرتان ده درصد بیشتر شده است، بدون آنکه در فکر معجزه قرصهای دروغین لاغری و دستگاههای عجیب و غریب بی‌مصرف باشید، و به جای اینکه مرتب به او غر بزنید که فلان چیز برایت خوب است و فلان چیز برایت بد است، سعی کنید غذاهای عاری از چربی و نشاسته و قند را مطبوع‌تر و لذیذتر سازید تا او با رغبت و میل بیشتری آنها را بخورد.

۴. همسرتان را تشویق کنید که هر سال معاینه عمومی و دقیقی از بدن خود به عمل آورد، چرا که هنوز هم در قرن بیست و یکم پیشگیری بهترین نوع مداوا محسوب می‌شود و آمار نشان داده است که از هر دو میلیون نفر که مبتلا به قند خون هستند یک میلیون نفرشان نمی‌دانند که مبتلا به این بیماری مهلک می‌باشند.

۵. کار زیادی را به شوهر خود تحمیل نکنید. مبادا برای ترقی و پیشرفت از شوهر خود بخواهید که بیش از میزان نیروی طبیعی خود به خویش فشار آورد، زیرا این راه ترقی نیست، البته راجع به انواع راه‌های پیشرفت در مقالات قبلی آیین شوهرداری با شما صحبت شده است، و از این پس نیز خواهد شد.

شما باید کاری کنید که شوهرتان از مقام یا پولی را که قرار است به قیمت بیماری و خدای نکرده مرگ زودرس او تمام شود، استقبال نکند. مسلماً طرز رفتار خانم در اخذ این قبیل تصمیمات شوهر تأثیر قطعی دارد.

۶. مواظب باشید شوهرتان به قدر کافی استراحت نماید چون رمز مقابله با بیماری و فرسودگی در آن است که شخص قبل از احساس خستگی، استراحت نماید. برهمین اساس اگر شوهر شما هر روز برای صرف ناهار به خانه می‌آید، به هر نحوی که شده ترتیبی بدهید لااقل پانزده دقیقه تا نیم ساعت را چرتی بزند. و احتمالاً حیرت خواهید کرد اگر بدانید که پژوهش‌ها نشان داده است این عمل سالها به عمر او می‌افزاید.

بدترین خانواده از لحاظ سلامت جسم و روح آنهایی هستند که آقا ناگزیر است لقمه به دهان، کیفش را به دست بگیرد و خود را از درب خانه به بیرون پرتاب کند

در ضمن بهتر است بدانید که ارتش ایالات متحده برای هر ساعت قدم‌رو، ده دقیقه سربازان را به استراحت مجبور می‌کند و نویسنده معروف «**سامرست موام**» نیز در هشتاد سالگی رمز حفظ قدرت و نیروی جسمانی‌اش را یک ربع خواب بعدازظهر می‌دانست.

۷. به محض ورود به خانه، شوهرتان را با حرفها و خبرهای روز بمباران نکنید. حتی اگر خبر مهمی پیش آمده است، بگذارید تا ناهار یا شام در آرامش صرف شده و استراحت پس از آن طی شود. بعد خبر مهم را به او بدهید.

۸. زندگی خانوادگی خود را با خوشی و امیدواری توأم کنید. خانمی که با ستیزه‌جویی، نومیدی و عیب‌گیری همسرش را احاطه می‌کند، او را عصبی و افسرده از در خانه بیرون می‌فرستد. و شوهرش را هرآن در معرض خطر تصادف و درگیری قرار می‌دهد. «حیات شوهرتان و سعادت زندگیتان در دستان شماست.» با مرور مطالب فوق از هر دوی اینها محافظت کنید.

موفق باشید.

از فرهنگ مردم

زیر نظر: ف. گویش
Email:f _gooyesh @ yahoo.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷

داستان شیرین یک ضرب‌المثل

این هفته: سد سکندر باش

هرگاه بخواهند کسی را به مقاومت در مقابل دشمن یا حوادث تشویق کنند، از ضرب‌المثل بالا استفاده کرده و یا به اصطلاح می‌گویند:

مانند سد سکندر پایداری کن.

اما باید دید که این اسکندر کیست و کدام سد را بنا کرده که به صورت ضرب‌المثل درآمده است؟

اسکندر مقدونی که از ظلمات و کنار چشمه آب حیوان بدون نتیجه به روشنایی رسید، جانب غرب را در پیش گرفت و به شهری سبز و آراسته رسید که در پای کوه بلندی واقع شده بود. بزرگان شهر به خدمتش شتافتند و از خرابکاری قومی به نام یأجوج و مأجوج شکوه و زاری کردند. آنها برای توضیح بیشتر گفتند که این جانوران اندامی پرمو و دندانی چون دندان گراز دارند. گوشهایشان به قدری پهن است که در موقع استراحت یکی را بستر و دیگری را روی‌انداز می‌کنند! در فصل بهار، گروه گروه از کوهسار فرود می‌آیند و خواب و آسایش را بر ما تباه می‌کنند.

اسکندر وقتی شرح ماجرا را شنید، بی‌نهایت متأثر شد و با گروهی از دانشمندان که همراه او بودند به گذرگاه یأجوج و مأجوج شتافت و محل تنگه بین دو کوه را که معبد اقوام وحشی بود، از نزدیک وارسی کردند. آنگاه فرمان داد دو دیوار از دو پهلوی کوه به ارتفاع پانصد ارش و پهنای یکصد ارش بنا کردند، سپس سنگ و گچ و آهن و مس و روی و گوگرد و نفت و قیر را به وسیله حرارت آتش با همدیگر مخلوط کردند و بین دو دیوار را با این ماده مخلوط، پر کردند و به این وسیله سکنه جنوبی سد برای همیشه از تعرض و آسیب قوم یأجوج و مأجوج مصون ماندند.

و اینگونه شد که سد سکندر به صورت ضرب‌المثل درمیان کلیه طبقات مردم مصطلح شد

واژه‌نامه دشتی

شو: شب / افتو: خورشید / حیرو: جنوب / بارو: باران / اوور: ابر / جیلم: درو کردن / گنم: گندم / دی: مادر / بوا: پدر / کاکا: برادر / دایا: خواهر.

فرستنده: پارسا رحمانی از خورموج

رمضان در گنبدکاووس

مردم گنبدکاووس همه ساله با فرارسیدن ماه مبارک رمضان با پایبندی به سنت‌های دیرین خود، این ماه را به عبادت و روزه‌داری می‌پردازند. غذای اصلی ترکمنان گنبدکاووس در هنگام سحر، محلی است و از برنج و مخلفات فراوان تشکیل شده و نام آن «چکدرمه» است.

چکدرمه غذای بسیار لذیذی است که اکثر زنان ترکمن آن را به بهترین صورت درست می‌کنند.

ترکمنها برای افطار نانی درست می‌کنند به نام بورک که از خمیر و مایه داخلی که از سیب زمینی، پیاز، گوشت، سویا و ادویه‌جات درست می‌شود.

ترکمنها هنگام افطار همراه با چای و خرما از این نان نیز استفاده می‌کنند. ترکمن‌ها همچنین سعی می‌کنند در روزهای پنج شنبه و جمعه، مقداری افطاری برای نمازگزاران مساجد ببرند و آن را خیرات اموات خود کنند.

در روستاها، اغلب مؤذن زمان افطار را به زبان محلی اعلام می‌کند. کودکان ترکمن، کمی قبل از افطار به کوچه می‌آیند و با شنیدن صدای مؤذن به خانه رفته و روزه‌داران را خبر می‌کنند.

خواندن نماز تراویح بعد از نماز عشاء یکی دیگر از اعمالی است که زن و مرد ترکمن در ماه رمضان انجام می‌دهند.

و سرانجام روز عید فطر همچون سال نو، لباس نو پوشیده و به دیدن اقوام می‌روند.

فرستنده: عایشه رحمت‌زاده

از: روستای حاجیلر گنبدکاووس

ضرب‌المثل مازنی

- ■ مفت وو کوفت وو.

برگردان: مفت باشد، کوفت باشد.

- ■ نخارده، اکرم خارنه.

برگردان: نخوردی اکرم می‌خورد.

- ■ اسب خرینه ویال هارش
زن ورنه و مار هارش

برگردان: اسب می‌خری به یال او نگاه کن / زن می‌گیری به مادرش نگاه کن.

فرستنده: مهدی صالح‌پور از نوشهر

ترانه مسجد سلیمانی

چینو که مندیرتم دونم ایایی
ندونم چه دیدی از ای جدایی
تا که جون دارم والله مندیرا مهنم
آخه باور نیکنم که بی وفایی

برگردان: اینطور که به انتظارت هستم، می‌دانم که می‌آیی / نمی‌دانم از این جدایی چه دیده‌ای / به خدا تا جان دارم به انتظارت می‌نشینم / آخر باور نمی‌کنم بی‌وفا باشی.

فرستنده: پورنگ دستیاری از تهران

باورهای عامیانه مردم شهرضا

مردم شهرضا معتقدند:

- ■ اگر کتاب مقدس قرآن کریم از دست کسی به زمین بیفتد، باید هم‌وزن آن خرما خیرات کرد.
- ■ اگر هنگام صحبت درباره فردی که از دنیا رفته، ناگهان کسی عطسه کند، باید انگشت سبابه دست راست خود را آهسته به دندان گرفته و سپس به پشت سر یا گردنش بزند.
- ■ اگر پای کسی ـ خواسته یا ناخواسته ـ از پشت به پای فرد دیگری برخورد کند، باعث دعوا و درگیری می‌شود.

فرستنده: غلامعلی قاضی شهرضا از شهرضا

واژه‌نامه هفته‌ای (از توابع شازند)

آجی ـ خوآر: خواهر / دَدَ: خواهربزرگ / آملا ـ داشی ـ برار: برادربزرگ / خسیره: مادرزن / ننی: گهواره بچه / کلوک: انگشت / کینمرک: پشت ساعد دست.

فرستنده: عزت‌الله رضایی از دهستان هفته (شازند)

پاسخ به نامه‌ها:

خانواده محترم مصلح از خیرآباد گچساران

بانهایت تأسف و تأثر خبر درگذشت فرزند محترم شما و همکار خوب و فعال ما در صفحه فرهنگ مردم، آقای محمد لطیف مصلح را شنیدیم.

ضمن تسلیت درگذشت ایشان به شما و دیگر بازماندگان و همچنین خوانندگان و همکاران دیگر فرهنگ مردم، برای ایشان از درگاه خداوند غفران الهی آرزو می‌کنیم.

یادشان زنده‌باد

آقای علی فلاح از ساوه

برادر گرامی نامه‌تان به دستم رسید، اما نمی‌دانم چرا آن را روی دو طرف کاغذ نوشته بودید. ضمن آنکه گویا آنقدر برای فرستادن نامه عجله داشتید که فراموش کردید گویش محلی ضرب‌المثل‌ها را بفرستید و فقط به برگردان آن اکتفا کرده‌اید. به هرحال منتظر آثار کامل‌تر شما هستم.

پیروز باشید.

آقای عبدالواحد بلوچ

از روستای هیتک شهرستان نیکشهر

نامه شما که حاوی باور عامیانه و واژه‌نامه بود، به دستم رسید، اما دو باوری که برایم نوشته بودید، هر دو تکراری است.

و اما در مورد سؤالی که پرسیده‌اید، باید بگویم هیچ مانعی در آن مورد نیست و شما هر مطلبی که مربوط به فرهنگ مردم می‌شود را می‌توانید برای ما ارسال کنید.

آقای نورعلی آل مردان از دزفول

نامه شما که حامل دوبیتی بود، به دستم رسید، اما به دلیل توهین‌آمیز بودن، از چاپ آن معذوریم. سعی کنید مطلبی را برای ما ارسال کنید که در آن به هیچ جنس، قوم و ملتی اهانت نشده باشد.

پاینده باشید.

نامه‌های شما رسید.

آرزو افتخاری از نیشابور ـ معصومه کیخا از درگز ـ سمانه صولتی از درگز ـ غلامرضا رازقی از کازرون ـ فاطمه جوکار از روستای نورآباد لامرد ـ مرزبان بخشم از اسلام‌آباد غرب ـ سعید امام‌داد از دزفول (دو نامه).

حتی یک پیشرفت جزئی در استفاده بهتر از وقت می‌تواند به یک دگرگونی اساسی در زندگی تبدیل شود

سلسله گزارشهای زندان

این هفته: زندان ورامین - بند نسوان

چاپ و انتشار این سلسله گزارشها به منزله صحت و یا تأیید موارد مطرح شده در آن‌نیست.

هان ای دل عبرت بین

تهیه: مجید شادمان‌نژاد

یک زن، دو مرد، دو زندگی

با فرارسیدن ماه مبارک رمضان، تهیه گزارش از زندان، برای ما کمی مشکل‌تر شد. چرا که باید هرطور بود، قبل از اذان ظهر، خود را به تهران می‌رساندیم و با وجود این مسأله و با توجه به اتلاف وقتهای معمولی که داشتیم، عملاً زمان کمی را برای ما باقی می‌گذاشت تا درخلال آن بتوانیم حداقل دو یا سه مصاحبه تهیه کنیم.

ساعت حدود هفت و سی دقیقه بود که از دفتر مجله حرکت کردیم و کمی قبل از ۹ صبح به زندان رسیدیم. دقایقی طول کشید تا وارد واحد فرهنگی زندان ورامین شدیم و پس از تعارفات معمول، یکی از مسوولان واحد فرهنگی برخاست و برای آوردن یکی ـ دو نفر از محکومان بند نسوان، راهی آنجا شد.

طی مسیر نه‌چندان کوتاه بین واحد فرهنگی و بند نسوان حدود پانزده دقیقه زمان می‌برد که با توجه به رفت و برگشت و معطلی احتمالی برای آمدن محکومان چیزی نزدیک چهل الی چهل و پنج دقیقه معطلی داشت. ناچار برای جبران این همه وقت تلف شده چاره‌ای نبود جز آنکه بلافاصله بعد از آنکه محکومان وارد واحد فرهنگی شدند مصاحبه‌ام را با اولین نفر آغاز کنم.

مسوول واحد فرهنگی که برگشت اطلاع داد دو نفر از محکومان بند نسوان بیرون منتظر هستند تا یکی یکی آنها را برای مصاحبه صدا کنم.

اولین خانمی که داوطلبانه وارد واحد فرهنگی شد، زنی بود درشت اندام و سپیدرو. با صورتی گرد و گوشتالو. چادر مشکلی‌اش را محکم دور خودش پیچیده بود. جلوتر که آمد سلامی کرد و آنسوی میز نشست. ته لهجه آذری در کلامش بود. از قبل می‌دانست که برای مصاحبه آمده است و به همین دلیل بدون آنکه لازم باشد تا برایش توضیح دهم که برای چه آمده است بعد از معرفی خودش این‌طور ادامه داد که:

ooo

ـ بیست و نه سال قبل در یک خانواده نه‌چندان مرفه به دنیا آمدم. من فرزند سوم یک خانواده هفت نفره بودم و دو خواهر و دو برادر داشتم.

پدرم کارگر ساده‌ای بود که به سختی مخارج زندگی را تأمین می‌کرد و مادرم یک زن ساده روستایی بود که تنها چیزی که در زندگی یاد گرفته بود، قناعت بود و بس. او در همه چیز قناعت می‌کرد حتی در تحصیل بچه‌ها! چرا که من تازه سوم راهنمایی را تمام کرده بودم که دیگر اجازه نداد به مدرسه بروم و از من خواست خانه بمانم و در بزرگ کردن خواهر و برادر کوچکترم به او کمک کنم. چاره‌ای نداشتم. می‌دانستم اینها بهانه است. آنها توان تهیه مخارج ادامه تحصیل مرا نداشتند. برای همین بزرگ کردن بچه‌ها را بهانه کرده بودند، اما با همه اینها چاره‌ای نبود. اگر مادرم در زندگی قناعت را یاد گرفته بود به ما هم اطاعت را یاد داده بود، به‌طوری که ما اجازه نداشتیم به هیچ عنوان روی حرف پدر و مادرمان حرفی بزنیم.

بعد از آن تا پنج ـ شش سال من خانه‌داری می‌کردم.

دیگر در همه کارهای خانه، وارد و ماهر شده بودم. از پخت و پز تا خانه‌داری و بچه‌داری. اما ای کاش وضع زندگی‌مان به‌گونه‌ای بود که با اینهمه کار کردن، حداقل شرایط مناسبی داشتیم، چرا که...

متأسفانه هرچه زمان می‌گذشت، وضع ما بدتر می‌شد. دستمزد پدرم یا ثابت بود و یا خیلی کم به آن اضافه می‌شد، اما گرانی و تورم هر روز بیشتر می‌شد و در این میان کسانی مثل پدر من، روزبه‌روز وضعشان بدتر از قبل می‌شد. با وجود تحمل همه سختی‌ها امیدوار بودم تا شاید وقتی ازدواج کردم، در شرایط بهتری زندگی کنم و تمام آنچه در خانه پدر نداشته‌ام، در خانه شوهر به آن برسم. منتظر بودم تا مرد زندگی‌ام سوار اسب سپیدی از راه برسد و مرا به جایی ببرد که همیشه در رؤیاهایم آرزویش را داشتم. البته فکر نکنید که من آدم زیاده‌خواهی بودم، نه به خدا! من به نان و پنیری هم قانع بودم اما به شرط آنکه این نان و پنیر همیشه باشد.

> **دیگر در همه کارهای خانه، وارد و ماهر شده بودم. از پخت و پز تا خانه‌داری و بچه‌داری. اما ای کاش وضع زندگی‌مان به‌گونه‌ای بود که با اینهمه کار کردن، حداقل شرایط مناسبی داشتیم، چرا که...**

بعد از پنج ـ شش سال خانه‌داری من، کم‌کم سروکله خواستگاران یکی پس از دیگری پیدا شد. در میان آنها خانواده‌ام، دوست برادرم را انتخاب کردند. خصوصاً برادرم که خیلی اصرار داشت من با او ازدواج کنم. کم و بیش می‌دانستم وضع زندگی آنها نسبتاً بهتر از ماست ضمن آنکه، به هرحال من تصمیم خودم را برای تشکیل زندگی گرفته بودم، بنابراین با توجه به نظر مساعد خانواده و نیز اصرار برادرم، با او سر سفره عقد نشستم و بدون برگزاری جشن عروسی به خانه شوهر رفتم. خانواده شوهرم، در خانه خودشان اتاقی برای ما درنظر گرفته بودند و من به عنوان عروس خانواده آنجا ساکن شدم. اما یکی ـ دو روز بعد فهمیدم که چه اشتباه بزرگی مرتکب شده‌ام چرا که خانه شوهر به‌مراتب بدتر از خانه پدری بود. خانواده شوهرم از آن دسته افرادی بودند که اعتقاد داشتند گربه را باید دم حجله کشت، بنابراین از هیچ‌گونه اذیت و آزاری در مورد عروس یکی ـ دو روزه‌شان (که من باشم) فروگذار نکردند.

آنها به من غذا نمی‌دادند و دو روز ـ سه روز مرا گرسنه نگه می‌داشتند. وقتی به شوهرم اعتراض می‌کردم مرا زیر باد کتک می‌گرفت. شده بودم مثل کسی که از چاله درآمده و در چاه افتاده است. در خانه پدری اگر سختی می‌کشیدم حداقل از کتک و گرسنگی خبری نبود.

چند روز بعد فهمیدم شوهرم به سختی اعتیاد دارد. اگرچه تلاش می‌کرد تا مخفیانه مواد مصرف کند اما من از حال و روزش فهمیدم که بعله...

آقا به سختی اعتیاد دارد! با اینکه سن و سالی نداشتم و هیچ تجربه اعتیادی در خانواده ما وجود نداشت، اما می‌دانستم که آدم معتاد به درد زندگی نمی‌خورد. حتی شنیده بودم آدم معتاد ممکن است زن و بچه‌اش را به خاطر مواد بفروشد. همین‌ها بود که من عروس ده روزه، با چمدانی که برده بودم دوباره برگشتم خانه پدری و یک کلام گفتم می‌خواهم طلاق بگیرم. هرچه خانواده‌ام سعی کردند از این کار منصرفم کنند زیربار نرفتم. دلم نمی‌خواست با یک آدم معتاد زیر یک سقف زندگی کنم. از همان روز که برگشتم دادخواست طلاق دادم و برای جدایی از او به تکاپو افتادم. خیلی سختی‌ها کشیدم. تهمت‌های ناروایی را به جان خریدم. چقدر تنهایی از پله‌های دادگاه خانواده بالا و پایین رفتم. چقدر خانواده‌ام به خاطر این مسأله، با من بد شدند. اما من نمی‌خواستم دوباره اشتباه کنم. گاهی وقتها جریانات دادگاه عرصه را بر من تنگ می‌کرد، و خانواده هم با ناآگاهی اعصابم را متشنج می‌کردند، اما من همچنان برای اینکه از شوهر معتادم جدا شوم، تلاش می‌کردم.

بالاخره بعد از ده سال دوندگی توانستم طلاقم را در سال ۸۰ بگیرم و از دست آن مرد معتاد و خانواده نادانش برای همیشه نجات پیدا کنم.

بعد از طلاق، برخورد خانواده خودم با من خیلی بد شده بود. احساس می‌کردم به من، به چشم یک نان‌خور اضافه نگاه می‌کنند. شاید حق با آنها بود. اگر در خانه شوهرم مانده بودم حداقل دیگر دستم در سفره آنها نبود. دلم می‌خواست به دنبال کار بروم اما خانواده‌ام اجازه نمی‌دادند. می‌گفتند بیوه یعنی میوه، هر کسی دست دراز می‌کند تا آن را بچیند. خودم هم می‌دانستم در جامعه همه به زن مطلقه به چشم دیگری نگاه می‌کنند. پس چاره‌ای نداشتم جز

با تشکر از همکاری قوه قضاییه، مدیریت محترم ندامتگاه اوین، ریاست محترم ندامتگاه ورامین، روابط عمومی سازمان زندانها، روابط عمومی دادگستری کل استان تهران و تمامی عزیزانی که در تهیه این گزارش ما را یاری دادند.

تنظیم و نگارش : سیده فریبا زواره‌ای
شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷
E-Mail : f_Zavarei @Yahoo. Com

آنکه آن وضع را تحمل کنم. البته گاهی هم به خانه خواهرم که یکسالی می‌شد ازدواج کرده بود، سری می‌زدم و چند روزی آنجا می‌ماندم. خواهرم زندگی نسبتاً خوبی داشت. ولی از آنجا که از قبل تصمیم داشت با کس دیگری ازدواج کند، مدام بهانه‌گیری می‌کرد و قدردان زندگی نسبتاً مرفه خودش نبود. خانواده همسرش هیچ کاری به او نداشتند و او مستقل از آنها زندگی آرامی داشت، اما وسوسه زندگی با کسی که او را دوست داشت لحظه‌ای او را رها نمی‌کرد. تا اینکه بالاخره طاقت نیاورد و بعد از مدتی به تحریک چند نفری که دورش را گرفته بودند طلاق گرفت تا زندگی جدیدی را آغاز کند!

با طلاق خواهرم، خانواده من خیلی احساس سرشکستگی می‌کردند. طبیعی است برای یک خانواده ننگی بالاتر از این نیست که دختران آنها، یکی پس از دیگری از شوهر خود جدا شوند و به خانه پدری برگردند. سرکوفتهای من بعد از طلاق خواهرم خیلی بیشتر شد. مانده بودم چه کنم؟ نه خواستگار درست و حسابی به سراغمان می‌آمد و نه خانواده اجازه می‌دادند تا حداقل سر کار برویم و از حرف و حدیث مردم راحت شویم.

زندگی برای هر دو ما، خصوصاً من خیلی سخت شده بود، گاهی دلم می‌خواست تا آنقدر جرأت و شهامت داشتم که از خانه فرار کنم اما می‌دانستم که حتی اگر فرار کنم، روز بعد دوباره برمی‌گردم.

چند ماهی که از طلاق خواهرم گذشت، یک روز که برای خرید بیرون رفته بودم، شوهرخواهرم را دیدم. او بعد از سلام علیک و احوالپرسی، سر درددلش باز شد و از کاری که خواهرم کرده بود، کلی گله و شکایت کرد و بعد دربین حرفهایش گفت که اگر او می‌دانست که من مصمم به طلاق از شوهرم هستم، هرگز با خواهرم ازدواج نمی‌کرد و بعد ادامه داد در طول مدتی که من برای میهمانی به منزل آنها می‌رفتم، همیشه آرزو می‌کرد که ای کاش با من ازدواج کرده بود. و خلاصه آنقدر از این حرفها زد که من فقط منتظر بودم او صریحاً خواستگاری‌اش را بیان کند تا من جواب مثبت بدهم! و بالاخره انتظار من چندان طولانی نشد و او خواستگاری‌اش را مطرح کرد. منهم بدون هیچ تردیدی از آنجا که حدود یکسال بود او شوهر خواهر ما بود، پذیرفتم و بعد هم سربسته موضوع را در خانواده مطرح کردم. این بار هیچ کس نه اصرار کرد و نه مخالفت. همه گفتند خودت می‌دانی. گویا می‌خواستند تا هم از زیربار مسوولیت شانه خالی کنند و هم یک جوری من از آن خانه رفته باشم. من که عکس العمل خوبی از طرف خانواده‌ام ندیدم، خودم شخصاً اقدام کردم، بعد از مدت کوتاهی به عقد موقت شوهرخواهرم درآمدم! یک ماهی از عقد ما می‌گذشت که فهمیدم شوهرم فروشنده مواد است. البته خدا را شکر خودش معتاد نبود. اما کار اصلی‌اش فروش مواد بود. نمی‌دانم خواهرم این موضوع را می‌دانست که اصرار به طلاق داشت و یا نه؟ اما به هرحال من چاره‌ای نداشتم. چون اگر این بار هم به خانه پدرم برمی‌گشتم، حتماً مرا می‌کشتند. ناچار تحمل کردم و دم نزدم! قرار بود بعد از اتمام زمان عقد موقت او مرا عقد دائم کند. فکر می‌کردم شاید وقتی ما ازدواج کردیم و صاحب بچه شدیم، او دست از این کارش بردارد. می‌دانم امید واهی داشتم، اما نمی‌دانم چرا سعی می‌کردم خودم را متقاعد کنم که او دست از این کار برخواهد داشت. دو ماهی که از ازدواجمان گذشت او آنقدر به من اطمینان پیدا کرده بود که موادها را می‌داد من برایش نگه می‌داشتم و وقتی مشتری می‌آمد خودم به او آنچه لازم داشت می‌دادم و پولش را می‌گرفتم.

یکی -دو ماهی وضع به همین منوال بود تا اینکه سه ماه بعد از ازدواج ما، یک روز خانمی که یکی از مشتریهای دائم شوهرم بود برای گرفتن مواد به خانه ما آمد. من که می‌دانستم هرکدام از مشتریها، چه نوع مواد و چه میزان می‌خواهد از جاساز حدود سه گرم و نیم هروئین درآوردم و به او دادم. زن مواد را که گرفت، ناگهان مأمورها وارد خانه شدند و من و شوهرم را دستگیر کردند. بعد از دستگیری‌مان فهمیدم که آن زن سه روز بود بازداشت شده بود و به قول معروف روی ما اعتراف کرده بود. بعد هم به خواست مأمورها، آمده بود در خانه تا ما نیز دستگیر شویم.

الان حدود یازده ماه است که در زندانم. در دادگاه قاضی مرا به دو سال و نیم حبس و پرداخت یک میلیون و پانصد هزار تومان جریمه محکوم کرده است.

البته شوهرم خودش همه چیز را گردن گرفت وگرنه حتماً حکم سنگین‌تری برای من صادر می‌شد.

از موقعی که به زندان آمده‌ام خیلی فکر کردم و فهمیدم که من خیلی اشتباه کردم که با آن مرد ازدواج کردم. من حتی از خواهرم راجع به او سؤال نکردم. شاید خواهرم می‌دانست شوهرش فروشنده مواد است.

اگر من این مسأله را می‌دانستم هرگز با او ازدواج نمی‌کردم. از طرفی من در شرایطی بودم که چاره‌ای نداشتم. نه خانواده‌ام چندان پذیرای من بودند و نه امکان این را داشتم که شرایط خانه پدرم را تحمل کنم. البته باز هم می‌دانم با وجود این شرایط من اشتباه کردم و کاری که کردم خیلی بچگانه و احمقانه بوده‌است!

البته در این میان خانواده‌ام هم بی‌تقصیر نیستند. آنها که شرایط اقتصادی مناسبی نداشتند چرا باید تعداد فرزندانشان اینقدر زیاد باشد که حتی نتوانند خرج تحصیل بچه‌های خود را بدهند؟ شاید اگر من هم درس خوانده بودم، امکان ازدواج بهتری را داشتم و یا حداقل می‌توانستم در جایی مشغول به کار شوم و برای یک لقمه نان به هر شرایطی تن دردهم. حتی الان هم فکر اینکه بعد از آزادی به کجا بروم، تمام ذهنم را مشغول کرده است. خواهرم به من پیشنهاد کرده که بعد از آزادی با او زندگی کنم اما من نمی‌توانم. می‌خواهم مستقل باشم. کاش دولت برای کسانی که مثل من هستند چاره‌ای بیندیشد و اجازه ندهد فقر و بی‌کسی آنها را به دامهای خلاف بکشاند.

■

در پرانتز:

(بارها در این صفحه اشاره کرده‌ایم که ازدواج مهمترین حادثه زندگی هر فرد است. حادثه‌ای که اهمیت آن به اندازه تولد و مرگ است. اما با این تفاوت که در تولد و مرگ آدمی نقش چندانی ندارد، اما در ازدواج، نقش اصلی را او دارد. چرا که خودش تعیین می‌کند شریک زندگی‌اش چه کسی خواهد بود و در این انتخاب باید نهایت دقت و تیزبینی را به‌کار گیرد و با چشمانی باز، همسرش را انتخاب کند. حال اگر دختر و یا پسری قبل از ازدواج در شرایط نه‌چندان مطلوبی زندگی می‌کند و ازدواج را راه رهایی خود از مشکلات می‌داند، باید دقیق‌تر دست به انتخاب بزند تا بعد از ازدواج در شرایط بدتر قرار نگیرد.

متأسفانه این خانم، برای رهایی از شرایط نامطلوب خانه پدری، بدون هیچ تحقیق و تفحصی تن به ازدواج می‌دهد با این خیال که هرچه زودتر و سریعتر به آرامش برسد. درحالی که زندگی امری است که در واقعیت در جریان است و با خواب و خیال و تصور نمی‌توان به آنچه درپی آن هستیم، دست یابیم و انتخابی اینچنینی، سرنوشتی این‌چنین خواهد داشت. اشتباه دوم او تکرار همان اشتباه اول درقالبی دیگر بود. بنابراین نباید انتظار داشت که سرنوشت ازدواج دوم، بهتر از ازدواج اول از آب دربیاید. حالا او با ۲۹ سال سن تجربه تلخ دو زندگی را دارد. اولی با شوهری معتاد و دومی با شوهری موادفروش. شاید اگر او باز هم چشمانش را باز نکند این اشتباه برایش تکرار شود.)

متأسفانه راه سوم را انتخاب کردم!

لیا. ش

براساس زندگی
سحر. ر
۲۶ ساله

برای این داستان مقدمه‌ای می‌خواستم بنویسم که درخور ماجرای زنجیروار وابستگی فقر، ناهنجاری و فحشا باشد، اما چه مقدمه‌ای گویاتر از اینکه ما هر روز در جامعه با چنین گرفتاریهایی روبرو هستیم و این مشکلات چه مابخواهیم و چه نخواهیم خودبدون هیچ مقدمه‌ای پاپیش گذاشته‌اند تا دنیای شیرین مارا تلخ کنند. پس با ما باشید تا با یک داستان تلخ اما آموزنده شما را به قلب نامرادیهای زندگی ببریم.

○○○

مجله را بستم و کنار گذاشتم. صندلی را کمی به عقب هل دادم و چشمانم را بستم. شب از لای پنجره نیمه‌باز اتاق با هر حرکت پرده سپید رنگ، به داخل می‌دوید و با حرکتی دیگر خارج می‌شد. هیاهوی آواز خواندن و گیتار زدن هم‌خانه‌ای‌هایم، سکوت خانه را دگرگون کرده بود. صدای باز شدن در را شنیدم:

-سحر نمی‌یای؟!...

شکوفه بود که سراغم را می‌گرفت. به آرامی به طرفش سر برگرداندم و پاسخ دادم:

نه! خسته‌ام، می‌خوام بخوابم.

بچه‌ها...

حرفش را بریدم:

برای منم نگه دارید، فردا می‌خورم!

اما الان کیف می‌ده، می‌خواهیم حالی به حالی بشیم... و بلند بلند خندید.

مغضوبانه در جوابش گفتم: شکوفه فردا می‌خورم! و او به آرامی گفت: خیلی خب! و خارج شد و در را بست.

با بسته شدن در صدا کمتر شد و من آرام‌تر. از میان رقص پرده به ماه نگریستم و حضور قطره اشکی را میان تمام دلتنگی‌هایم احساس کردم، دلم از این همه بی‌هویتی چقدر گرفته بود...

سه سالم بود که هویتم را در نامم یافتم؛ «سحر»؛ یعنی لحظه حضور خورشید گرمابخش میان آسمان سیاه شب و دریغ که من نه سحرگونه بودم، نه سپیده و نه سپید!

پدر و مادرم هر دو زحمتکش و بی‌غل و غش بودند ، هر دو از خانواده‌هایی فقیر که هر یک تومانی برایشان به اندازه هزار تومان ارزش داشت و من که از همان ابتدا با پوست و خونم معنی فقر را احساس کردم، وقتی بزرگتر شدم اولین سؤالی که در ذهنم نقش بست این بود که چرا ما نداریم و دیگران دارند؟... و درپی یافتن پاسخ این پرسش خیلی با خودم کلنجار رفتم. مادرم می‌گفت آنهایی که دارند از خوردن حق آدمهایی مثل ما به جایی رسیدند، اما من در حسرت همه نداشته‌هایم به دنبال راهی برای پولدار شدن می‌گشتم و افسوس که دستانم برای رسیدن به این موضوع همدست شیطان شدند و یاری‌ام دادند.

اولین بار کلاس سوم دبستان بودم که برای برداشتن تغذیه همکلاسی‌ام دست در کیف او کردم و مزه مال دزدی را چشیدم. کم‌کم به این قضیه عادت کرده بودم و هر روز میلم برای برداشتن وسایل دیگران بیشتر و بیشتر می‌شد تا اینکه وقتی کلاس اول راهنمایی بودم یکی از دبیرهایم متوجه این قضیه شد. او اول سعی کرد با نصیحت مرا از عمل زشتم آگاه کند اما کو گوش شنوا! بنابراین قضیه را به دفتر مدرسه کشاند تا با گرفتن تعهدنامه مرا از ادامه عمل زشتم باز دارد. اما من دیگر گرگی شده بودم که توبه‌ام را مرگ می‌دانستم چرا که اصلاً دوست نداشتم خود را به خاطر دیگران از داشتن چیزهای خوب محروم کنم و دو سال بعد وقتی مسوولین مدرسه دیدند نمی‌توانند حریفم شوند به ناچار از مدرسه اخراجم کردند.

این اولین و بزرگترین شوکی بود که به من وارد شد چرا که عاشق درس و تحصیل بودم. از طرفی پدرم هم متوجه موضوع شد و برای اولین بار دست به رویم بلند کرد و چنان کتکم زد که دست راستم شکست و زانوی پای چپم نیز مو برداشت!...

بعد از آن اتفاق با وجود پشیمانی پدرم از رفتارش، من نه‌تنها از او، بلکه از مادر و معلمین مدرسه‌ام نیز متنفر شده بودم. بعد از بهبودی‌ام بدخلق و عصبی شده بودم. طاقت دیدن هیچ نوشته و کتابی را نداشتم. صبح‌ها وقت رفتن به مدرسه بیدار می‌شدم و مثل برق گرفته‌ها مات و مبهوت در جایم می‌نشستم. در همانحال به نقطه‌ای خیره می‌شدم و اگر کسی کوچکترین عکس‌العملی نشان می‌داد و یا حتی صدایم می‌کرد، مثل آتشفشانی منفجر می‌شدم و داد و فریاد راه می‌انداختم و اشک می‌ریختم. حس تنفر چنان ریشه‌ای در جانم دوانده بود که راه فراری از آن در خود نمی‌دیدم. نزدیک ظهر که می‌شد مصمم و خشمناک به سمت مدرسه‌مان گام برمی‌داشتم و با هر روشی که بود سعی در ضربه زدن به معلمینم می‌کردم. مثلاً چرخهای ماشین‌هایشان را پنچر می‌کردم، جلوی پایشان ترقه می‌انداختم، به مدرسه زنگ می‌زدم و آنها را باد ناسزا گرفتم و... اما هیچ کدام از این اعمال نمی‌توانست اعصابم را راحت کند. مادرم سعی کرد نامم را در مدرسه دیگری بنویسد اما من دیگر تمایلی به درس خواندن نداشتم. کم‌کم برای ادامه عادت دزدی کردنم به پارک پناه بردم و همان جا بود که زندگی‌ام در مسیر دیگری افتاد.

> **پدرم هم متوجه موضوع شد و برای اولین بار دست به رویم بلند کرد و چنان کتکم زد که دست راستم شکست و زانوی پای چپم نیز مو برداشت!**

○

ساعت کمی از ظهر گذشته بود و من نیم ساعتی می‌شد که جوانی را زیرنظر داشتم تا این که بالاخره

روی نیمکت پارک دراز کشید و خوابید. صبر کردم مدتی بگذرد و سپس به سراغش رفتم و به آرامی کیفش را برداشتم. اما همین که می‌خواستم از آن جا دور شوم ناگهان دستم را گرفت و گفت:

-کجا خانم خانما؟! رنگ از چهره‌ام پرید. این اولین باری بود که کسی مچم را در حین دزدی گرفته بود. بعد به آرامی ادامه داد:

- دزد که به دزد بزنه شاه دزده، ما خودمونم این کاره‌ایم، بعد تو اومدی مارو تیغ بزنی؟!... واقعاً عجب دورو زمونه‌ای شده... حالا چرا ترسیدی؟ نترس بابا کاریت ندارم!

کیف را گرفت و با یک حرکت مرا روی نیمکت نشاند و پرسید: «اسمت چیه؟»

من من‌کنان گفتم:

سحر!

من هم داریوش هستم... برای چی دزدی می‌کنی؟

تو مأموری؟!

نه، حاضر جواب! می‌خوام بدونم.

این کارو دوست دارم!

لبخندی زد و...

منم اول دوست داشتم، بعد بهش عادت کردم، بعد هم شد شغلم، البته می‌دونم که شغل شریف و باکلاسی نیست اما درآمدش خوبه! به شرط این که ناشی نباشی که سحر خانم شما اینجوری هستی! هنوز خیلی مونده تا حرفه‌ای بشی. اما نگران نباش. خودم همه چیز رو بهت یاد می‌دم... حالا کمی از خودت بگو.

درحالی که برای اولین بار احساس می‌کردم کسی را پیدا کرده‌ام که درک می‌کند دزدی چه حس خوشایندی را به من منتقل می‌کند از سیر تا پیاز زندگی‌ام را برایش گفتم و او نیز با محبت به جای این که دستم را بگیرد و از چاله بیرونم بیاورد با یک تلنگر کوچک به ته چاه دزدی پرتم کرد.

دیگر همه فکر و ذهنم شده بود داریوش! هر چه می‌گفت گوش می‌دادم، اگر قرار بود آب بخورم از او اجازه می‌گرفتم، هرچه با هم می‌دزدیدیم نصف می‌کردیم و من برای اینکه خانواده‌ام متوجه نشوند پولها را به داریوش می‌دادم اما از آنجایی که هیچ وقت ماه پشت ابر نمی‌ماند، مادرم از طریق یکی از همسایه‌ها که مرا در پارک با داریوش دیده بود متوجه دوستی‌مان شد پس شب که پدر به خانه برگشت، دوباره همان قشقرق و کتک‌کاریها شروع شد و من که حالا دیگر احساس می‌کردم خانواده‌ام علاوه بر فقیر و کلاس پایین بودن بسیار بی‌فرهنگ و امل هم هستند، برای رهایی از آن به دنبال راه چاره‌ای کودکانه و وحشتناک گشتم.

آن شب پدر مرا در یکی از اتاقها زندانی کرد. اما من در یک لحظه با ساکی از لباس فرار کردم. چرا که فکر می‌کردم، حالا با پولهایم می‌توانم مستقل زندگی کنم، اما امان از سادگی دخترانه‌ام! که باعث شد فریب داریوش را بخورم. چرا که زیر همه چیز زد و از دادن پولهایم سر باز زد و من میان دوراهی ماندن و رفتن گیر افتادم.

نه می‌توانستم شکایت کنم و نه به خانه بازگردم پس با اینکه می‌دانستم چه سرنوشت شومی انتظارم را می‌کشد راه سوم یعنی ماندن در خیابان را انتخاب کردم.

> **نه می توانستم شکایت کنم و نه به خانه بازگردم پس با اینکه می دانستم چه سرنوشت شومی انتظارم را می کشد راه سوم یعنی ماندن در خیابان را انتخاب کردم**

اما بعد از مدتی فهمیدم نمی‌شود تنها در میان کوچه و خیابان سر کرد، پس به ناچار پیش داریوش برگشتم و او اجازه حضورم در خانه‌اش را با گرفتن جواز تعرض به جسم و روحم صادر کرد و من از آن پس به قیمت فروختن نجابتم، سرپناهی برای دور ماندن از محیط وحشت انگیز بیرون از خانه را پیدا کردم.

اکنون نزدیک به ۱۱ سال است که بیرون از خانه زندگی می‌کنم بی‌آنکه بدانم پدر و مادرم در چه وضع و حالی به سر می‌برند و من که امروز احساس می‌کنم چقدر دلم برای دستها و نگاههای پرمحبت‌شان تنگ شده است.

امروز آنقدر دزدی کرده‌ام و به خاطرش زندانی شده‌ام و شلاق خورده‌ام که دیگر حالم از چشیدن لذتش به هم می‌خورد، امروز آنقدر با مردها نشست و برخاست کرده‌ام که دیگر از وجودشان متنفر شده‌ام، آنقدر سیگار دود کرده‌ام که هر دودی برایم بوی تعفن می‌دهد و آنقدر...

○○○

ناگهان چیزی محکم به در می‌خورد و من را از حال و هوایم بیرون می‌کشد. صدای تند موزیک به همراه جیغ و داد و هوار بچه‌ها در گوشم زنگ می‌زند. اشک‌هایم را پاک می‌کنم و نفس عمیقی می‌کشم، باید خود را از شر این همه احساس دلتنگی خلاص کنم. قبل از اینکه زیر بار سنگینش له شوم چرا که بی‌رحمی و سنگدلی، قانون زیستن در بیرون از خانه است! پس به سختی از جای بر می‌خیزم، پنجره را می‌بندم و با ماه خداحافظی می‌کنم. پرده از رقص باد باز می‌ایستد و من آرام آرام به طرف در گام برمی‌دارم و آن را می‌گشایم. نور قرمز رنگ چشمم را می‌زند، هر کس به کاری مشغول است و به قول شکوفه همه یه جوری حالی به حالی شده‌اند تا لذت چند ثانیه حیوان بودن و پست شدن را بهتر درک کنند و من که میان آن همه دود و بوی مواد الکی و... فریاد می‌زنم: سهم من کو؟!

○○○

ساعت از نیمه‌های شب گذشته که صدای زنگ همه را از آسمان به زمین پرتاب می‌کند و ساعتی بعد درحالی که خورشید آرام آرام خود را از زیر لحاف شب بیرون می‌کشد تا گرمایش را به زمین هدیه کند، سردی دستبند نقره‌ای بر دستان بی رمق «سحر» سنگینی می‌کند!

■

بوش، آرای الکترال و حوادث آینده!

بقیه از صفحه ۷

جورج بوش پدر رئیس جمهور وقت آمریکا با حمله به کویت و آزادسازی این سرزمین، طرحی در قالب نظم نوین جهانی ارائه کرد که شامل برقراری دموکراسی در خاورمیانه، صلح میان اعراب و اسرائیل و مقابله با رژیمهای خودسر از جمله رژیم بعث عراق می‌شد، ولی از آنجا که او نتوانست برای بار دوم به ریاست جمهوری برگزیده شود، طرحها و برنامه‌هایش نیز به فراموشی سپرده شد، به‌طوری که در هشت سال ریاست جمهوری **بیل کلینتون و دموکراتها**، شرایط جدیدی به وجود آمده و روابط دچار تغییر شد.

اما با روی کار آمدن جمهوریخواهان، خصوصاً پس از حوادث ۱۱ سپتامبر و زمانی که بوش در کنگره از ایران، کره شمالی و عراق به عنوان کشورهای محور شرارت نام برد، دو کشور عملاً رودرروی هم قرار گرفتند.

حوادثی که در افغانستان و عراق در همسایگی ایران روی داد نیز بر مشکلات افزود به‌طوری که امروزه ایران و وضعیت آن به یکی از مسائل محوری سیاست خارجی آمریکا تبدیل شده است.

تاریخچه روابط ایران و آمریکا

ایران و آمریکا در طول سالهایی که با یکدیگر رابطه سیاسی برقرار کردند، روابط یکسانی نداشتند.

در زمان صدارت امیرکبیر، او به فکر ایجاد سفارتخانه‌های دائمی در کشورهای مختلف افتاد که در همین رابطه با برخی از کشورها رابطه برقرار شد. در سال ۱۸۵۶ ایران و آمریکا رابطه سیاسی برقرار کردند، اما تا سال ۱۸۸۶ که سفارت آمریکا در ایران تاءسیس شد، توسعه روابط دو کشور به تعویق افتاد.

در این سال بنجامین اولین سفیر آمریکا در ایران اقدام به تأسیس سفارت کرد، درحالی که ایران در سال ۱۸۸۸ سفارت خود را در آمریکا دایر کرد.

اولین سفیر ایران در آمریکا حاجی حسینقلی‌خان صدرالسلطنه معروف به حاجی واشنگتن بود که از اقدامات شاخص او در زمان سفارت، بریدن سر گوسفند در عید قربان در واشنگتن بود! او هفتمین فرزند میرزاآقاخان اعتمادالسلطنه صدراعظم ناصرالدین شاه بود.

در دهمین سال سلطنت ناصرالدین شاه قرارداد دوستی و سیاسی میان ایران و آمریکا امضا شد، ولی از زمان برقراری رابطه سیاسی تا گشایش سفارت ۲۵ سال طول کشید، به‌طوری که در زمان ریاست جمهوری آرتور، اولین سفیر آمریکا معین و راهی تهران شد.

آمریکایی‌ها تا زمان کودتای ۲۸ مرداد رابطه مطلوبی با ایرانیها داشتند، ولی این حادثه و نقش آمریکایی‌ها در سقوط دولت ملی دکتر مصدق و بازگرداندن رژیم شاه و حوادث پس از آن روابط مردم با آمریکا دچار بحران کرد و این تیرگی و بی‌اعتمادی تا به حال ادامه دارد و به نظر نمی‌رسد با انتخاب مجدد بوش، تغییرچندانی در روابط دو کشور بوجود آید. حوادث پس از آن روابط مردم را با آمریکا دچار بحران کرد.

اشتباه را تصحیح نکردن خود اشتباه دیگری است • کنفوسیوس

زندگی رنگین

میرزایی

رنگهای مورد علاقه خود را در سه اولویت و با ترتیب ۱ و ۲ و ۳ به من بگویید تا بگویم شما در زندگی چه خصوصیات اخلاقی، روحی و جسمی دارید.

راز پنهان شما

خانم محبوبه شفیعی از تهران با رنگهای
۱. طلایی ملایم ۲. نقره‌ای ۳. آبی آسمانی و شعر:
«دل می‌رود ز دستم صاحبدلان خدا را
دردا که راز پنهان خواهد شد آشکارا».

خانم شفیعی، شما باهوش، دارای استعداد خوب، مهربان، خوش قلب، علاقه‌مند به رقابت و مسابقه، البته کمی حواس‌پرت و کم‌حافظه، دوستدار تجملات و ثروت و خیال‌پرداز و رؤیایی هستید.

از نظر جسمی مستعد کم‌خونی و ناراحتی‌های مربوط به غده تیروئید هستید.

اگر دچار ضعف، سرگیجه و سردردهای گاه و بیگاه می‌شوید، حتماً با پزشک متخصص مشورت کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، قرمز، لیمویی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما فیروزه و کهربا است.

تا به‌حال موقعیت‌های زیادی را با بی‌توجهی از دست داده‌اید، به‌زودی موقعیتی خاص برایتان پیش می‌آید، قدر آن را بدانید.

رعایت حق والدین یادتان نرود

خانم (ن ـ پ) از نوشهر با رنگهای
۱. سبز ۲. فسفری ۳. صورتی و شعر:
«ملکا ذکر تو گویم که تو پاکی و خدایی
نروم جز به همان ره که توام راه نمایی».

خانم عزیز، شما خوش فکر و مبتکر، بسیار احساساتی و رقیق القلب، رؤیایی و خیال‌پرداز، دارای قوه تخیل قوی، اغلب نگران و مضطرب و علاقه‌مند به مطالعه، مخصوصاً مطالعه کتابهای رمان و همین‌طور تحقیق و پژوهش هستید.

شما را می‌توان با اطمینان یک انسان خیر و انساندوست دانست، سرنوشت همه افراد برای شما اهمیت دارد و دوست دارید به همه کمک کنید.

از نظر جسمی مستعد بیماری گوارشی هستید و معده و کبد شما آسیب پذیر است.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، قرمز، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما زمرد و الماس است.

رعایت حق والدین برای شما خیر و برکت می‌آورد!

روزهای موفقیت و کامیابی نزدیک است

خانم فرانک شقاقی از تهران با رنگهای
۱. آبی روشن ۲. صورتی ۳. سفید و شعر:
«جام می و خون دل، هریک به کسی دادند
در دایره قسمت اوضاع چنین باشد.»

خانم شقاقی، شما مهربان، مؤمن، صادق، روراست و رک، بسیار احساساتی و دل نازک، کمی آشفته و سراسیمه و درحال حاضر غمگین و افسرده هستید.

چند وقتی است که در برنامه‌های خود دچار مشکل می‌شوید و هیچ‌یک از آنها را به پایان نمی‌رسانید و از اهدافی که برای خود درنظر گرفته‌اید، دور شده‌اید. بهتر است انگیزه و تلاش خود را مضاعف کنید.

از نظر جسمی مستعد ناراحتی کلیوی هستید و باید بیشتر مراقب خودتان باشید و از آزمایشهای پزشکی غافل نشوید.

از رنگهای زرد، نارنجی، سبز، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، بنفش و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما فیروزه است.

روزهای موفقیت و کامیابی نزدیک است، به خدا توکل داشته باشید.

دوستی برایتان خبر خوش می‌آورد

خانم گل‌بهار غلامی از تهران با رنگهای
۱. صورتی کمرنگ ۲. آبی آسمانی ۳. سرمه‌ای و شعر:
«زندگی حس غریبی است که یک مرغ مهاجر دارد.»

خانم غلامی، شما بسیار احساساتی و دل‌نازک، مهربان و خوش اخلاق، مؤمن و صادق و رک و راست هستید. علاقه زیادی به خانواده دارید و به آن اهمیت بسیار می‌دهید، مخصوصاً اینکه بچه‌ها را خیلی دوست دارید، البته شاید فقط در سنین نوزادی!

از نظر جسمی مستعد ضعف بینایی و شنوایی هستید و اعصاب‌تان نیز آسیب‌پذیر است. در صورتی که اعضای بدن، بخصوص پاهای شما دچار خواب رفتگی می‌شوند و مدت این خواب رفتگی طولانی است، حتماً با پزشک متخصص راجع به آن مشورت کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، سبز، قرمز، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یاقوت کبود است.

دوستی برایتان اخبار خوشی خواهد آورد.

مواظب «حادثه عشق» باشید

خانم پروانه علی از تهران با رنگهای
۱. آبی آسمانی ۲. نقره‌ای ۳. سیاه و شعر:
«بهترین چیز نگاهی است که از حادثه عشق‌تر است.»

خانم عزیز، شما خوش قلب، مهربان، کمی ترسو، کم‌حرف، علاقه‌مند به رقابت و مسابقه و درحال حاضر اغلب غمگین و افسرده هستید. شاید از دوری عزیزی و علاقه بسیار به او و یا خدای نکرده غم از دست دادن یک عزیز دچار افسردگی و غصه شده‌اید. به هرحال توصیه می‌کنم با تفریح، سفر، ورزش و هر وسیله‌ای که روحیه شما را تغییر می‌دهد، از این حالت بیرون بیایید.

از نظر جسمی مستعد ضعف بینایی و شنوایی و ناراحتی اعصاب هستید.

از رنگهای زرد، نارنجی، قرمز، قهوه‌ای، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یاقوت کبود است.

روزهای آینده، توجه بیشتری به اطراف خود داشته باشید و مراقب خودتان باشید.

معصومه خانقایی

محمدرضا اکبرزاده

امیرحسین قره‌داغی

کیمیا پیدا

به هر کسی اعتماد نکنید

آقای وحید پورقریب از نوشهر با رنگهای
۱. سفید ۲. سبز ۳. آبی پررنگ و شعر:
«تیغ بران گر به دستت داد چرخ روزگار
هرچه می‌خواهی ببر اما مبر نان کسی.»

آقای پورقریب، شما دارای قوه تخیل خوب، خوش فکر، مهربان، صادق، خانواده دوست، مؤمن، بااراده و محکم هستید.

این روزها خیلی به پول و ثروت فکر می‌کنید و برای دست پیدا کردن به رؤیاهای خود، ذهنتان بیشتر اوقات مشغول است و راههای مختلف را بررسی می‌کنید.

از نظر جسمی مستعد ناراحتی گوارشی هستید و مخصوصاً معده و روده شما آسیب‌پذیر است. در مورد تغذیه خود دقت بیشتری نمایید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، قرمز، بنفش، لیمویی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یشم است.

در اعتماد خود به دیگران تجدیدنظر کنید و هر کسی را به آسانی پذیرا نباشید!

قدر این روزها را بدانید!

خانم اکرم السادات موسوی از تهران با رنگهای
۱ـ آبی آسمانی ۲ـ سبز یشمی ۳ـ بنفش روشن و شعر:
«شد آنکه اهل نظر برکناره می‌رفتند
هزارگونه سخن در دهان و لب خاموش.»

خانم موسوی، شما مهربان، خوش قلب، مؤمن، صادق، خوش فکر و مبتکر، خوش سلیقه و مشکل‌پسند و مبادی‌آداب هستید.

این اواخر حس می‌کنید غمی بزرگ در دل دارید که قلبتان را فشرده می‌کند و تحمل آن شما را افسرده کرده است، شاید علت آن دلتنگی برای عزیزی باشد که از شما دور شده است و آرزوی دیدار مجدد او را دارید. از نظر جسمی مستعد ناراحتی‌های گوارشی هستید و معده و کبد شما آسیب پذیرتر است.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورت قهوه‌ای، لیمویی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما زمرد و یاقوت است.

دوشنبه، چهارشنبه و جمعه هر هفته بهترین روزها برای شماست، قدر این روزها را بدانید. موفق و سلامت باشید.

با این خبرها به آینده امیدوارتر می‌شوید

خانم حمیده صداقت‌خواه از مشهد مقدس با رنگهای
۱ـ بنفش ۲ـ سبز چمنی ۳ـ سبز فسفری و شعر:
«دلا دائم گدای کوی او باش...»

خانم صداقت‌خواه، شما خوش سلیقه و مشکل‌پسند، هنرمند، خوش فکر، دارای قوه تخیل قوی و علاقه‌مند به مطالعه و طبیعت هستید.

به علاوه شخصی سریع الانتقال و حاضر جواب هستید و برای هر سؤالی آمادگی جوابگویی دارید، ولی علاقه زیادی به پرحرفی و صحبت راجع به موضوعات مختلف ندارید.

از نظر جسمی مستعد و احتمالاً مبتلای به نوعی بیماری گوارشی هستید و لازم است با پزشک متخصص مشورت کنید، حتی اگر درحال حاضر نشانه خاصی از آن مشاهده نمی‌کنید.

از رنگهای زرد، نارنجی، قرمز، صورتی، لیمویی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما زمرد و یشم است.

خبرهای جالبی خواهید شنید که شما را به آینده امیدوارتر می‌نماید. موفق باشید.

در حالت «آماده باش» باشید

خانم سیده صدیقه ابراهیمی از تهران با رنگهای
۱ـ آبی ۲ـ قهوه‌ای ۳ـ جگری و شعر:
«به دنیایی که نامردان عصا از کور می‌دزدند
من از خوش‌باوری اینجا محبت جستجو کردم.»

خانم ابراهیمی، شما خوش قلب، استقلال طلب، مغرور، پرانرژی و فعال، علاقه‌مند به کار و هنرهای زنانه، کمی عصبی و غیرقابل پیش‌بینی هستید.

به شما توصیه می‌کنم مراقب باشید تا درحالت عصبانیت تصمیمی نگیرید و با غرور خود باعث آزردگی خاطر کسی نشوید، هرچند که احتمال آن در مورد شما ضعیف است!

از نظر جسمی مستعد ناراحتی قلب و عروق هستید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، لیمویی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما عقیق یمانی است. سعی کنید آن را همیشه همراه داشته باشید و هفته‌ای یک بار آن را با آب سرد بشویید و در آفتاب خشک نمایید.

روزهای سخت و پرمشغله‌ای در انتظار شماست، خود را آماده کنید. موفق باشید.

ملاقاتی سرنوشت‌ساز خواهید داشت

آقای رحیم برزگر از آمل با رنگهای
۱ـ آبی آسمانی ۲ـ سبز روشن ۳ـ قرمز و شعر:
«چشم دل باز کن که جان بینی
آنچه نادیدنی است آن بینی.»

آقای برزگر، شما مهربان، خانواده‌دوست، خوش فکر و مبتکر، پرکار و پرانرژی و علاقه‌مند به طبیعت و سکوت و آرامش آن هستید.

تلاش و کوشش و اراده شما در هر کاری باعث می‌شود آن را کامل و بدون نقص انجام دهید و از انجام هیچ کاری ترسی به دل راه نمی‌دهید.

از نظر جسمی مستعد چاقی، فشار خون بالا و ناراحتی قلب و عروق هستید و باید بیشتر مراقب خودتان باشید و وقتی را هم برای استراحت، تفریح و مسافرت قرار دهید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و لیمویی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما لعل است.

به زودی ملاقاتی خواهید داشت که تاءثیر زیادی در زندگی و آینده شما خواهد داشت. موفق باشید.

احتیاط کنید

خانم شهلا اباذر از کرج با رنگهای
۱ـ سبز چمنی ۲ـ سیاه ۳ـ قرمز و شعر:
«من آن شکسته به نهایت رسیده‌ام
آنقدر شکسته‌ام که تو نتوانیم شکست.»

خانم اباذر، شما دارای قوه تخیل خوب، انرژی و فعالیت زیاد و علاقه فراوان به مطالعه و طبیعت هستید.

درحال حاضر غم بزرگی در دل دارید و افسرده و غمگین به نظر می‌رسید، هرچند سعی‌تان بر این است تا خود را شاد و سرحال نشان دهید، ولی چشمهایتان شما را غمگین نشان می‌دهد و در این کار موفق نیستید.

از نظر جسمی مستعد و شاید مبتلا به بیماری گوارشی باشید و معده شما دارای نشانه‌های این بیماری است.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، آبی لاجوردی، سرمه‌ای، نیلی و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما یشم است.

بهتر است روزهای شنبه، یکشنبه و دوشنبه هر هفته بیشتر مراقب خودتان باشید و با احتیاط از خانه بیرون بروید.

به دلتان رجوع کنید

خانم ساناز جاهد از کرج با رنگهای
۱ـ قرمز ۲ـ آبی ۳ـ زرد و شعر:
«عاشقم، عاشق به رویت گر نمی‌دانی بدان
سوختم در آرزویت گر نمی‌دانی بدان.»

خانم جاهد، شما پرانرژی، مهربان و خوش قلب، خانواده‌دوست، باهوش و مستعد، کمی ترسو و خجالتی و کم‌حرف هستید.

البته گاهی عصبی و برافروخته می‌شوید و در این حالت که زیاد پایدار نیست، برخورد بدی با دیگران انجام می‌دهید که باعث پشیمانی خودتان هم می‌شود.

از نظر جسمی مستعد ناراحتی قلب و عروق و بیماری غدد هستید و بهتر است تحت نظر پزشک متخصص باشید.

از رنگهای زرد، نارنجی، صورتی، بنفش، لیمویی، آبی لاجوردی، سرمه‌ای و گل‌بهی بیشتر استفاده کنید. سنگ خوش یمن شما لعل است.

درباره موضوعی که در ذهن دارید، اظهار نظرهای مختلفی می‌شنوید که لازم نیست همه را قبول کنید، بلکه به دلتان رجوع و اعتماد کنید.

نامه‌های شما رسید

دوستانی که نمونه رنگ خود را به همراه نامه ارسال کرده‌اند و به ترتیب تاریخ دریافت نامه‌هایشان به آنها پاسخ خواهم داد:

داوود کردلو از زنجان ـ الهام خاور از بندرعباس ـ طاهره خاور از بندرعباس ـ فاطمه خاور از خوزستان ـ پروین میرشقالی از بندرعباس ـ سمیه رحیمی از مازندران ـ لیدا قلی‌پور از کرج ـ سیده مریم حسینی از فریدونکنار ـ سیدصابر حسینی از فریدونکنار ـ نرگس آقایی از اصفهان ـ اشرف مرادی یغما از همدان ـ سمیه ریاحی از بندرگز ـ رسول نجفی گرگری از تهران ـ زینب سلیمی از تهران.

فرم شناسایی خوانندگان

فرم مخصوصی که علاقمندان صفحه «زندگی رنگین» باید همراه نامه‌هایشان آنرا ضمیمه کرده و ارسال نمایند

نام: از: تعداد ارسال نامه: ☐
شعر: ....
....
اولویت رنگها: ۱ـ.................... ۲ـ.................... ۳ـ....................
پاسخ چاپ شود ☐ پاسخ کتبی ارسال شود ☐ نام کامل قید نشود ☐

وجدان، آینه‌ای است که نه تملق می‌گوید و نه تحقیر می‌کند

از گوشه و کنار جهان

دستگاه ساخت سنگ‌های قیمتی راهی برای آینده

اگر چند سال پیش‌تر گفته می‌شد که می‌توان سنگ‌های قیمتی را در کارخانه تولید کرد، هیچ کس چنین گفته‌ای را باور نمی‌کرد، اما اکنون با طراحی ماشینی که قادر به تولید الماس است این آرزو به واقعیت تبدیل شده است. الماسهایی که توسط این دستگاه که آن را در تصویر مشاهده می‌کنید، ساخته می‌شوند، کاملاً واقعی هستند و درواقع آلیاژی که به دست می‌آید دقیقاً به همان‌گونه است که الماسهای معدنی از آن برخوردارند. این الماسها که در برشهای مختلف ایجاد می‌شوند کاربردهای مختلف صنعتی را نیز دارا می‌باشند. اما یکی از مهمترین کاربردهای آنها به عنوان میکروچیپ کامپیوتری است. می‌دانیم که هم‌اکنون میکروچیپ‌ها از سیلیکن ساخته می‌شوند، اما اشکال مهم در سیلیکن این است که در حرارت معادل ۹۵ درجه سانتی‌گراد تجزیه می‌شود و در نتیجه چندان هم از نظر اقتصادی مقرون به صرفه نیست. اما الماس در برابر حرارتی که تا ۵۰۰ درجه سانتی‌گراد هم افزایش می‌یابد، می‌تواند مقاوم باشد و این مقاومت از نظر صنایع رایانه‌ای پدیده‌ای نیست که بتوان از کنار آن با بی‌تفاوتی عبور کرد. بنابراین به نظر می‌رسد که دستگاه ساخت و تولید سنگهای قیمتی، راه آینده بشر در مقابل این‌گونه سنگها باشد.

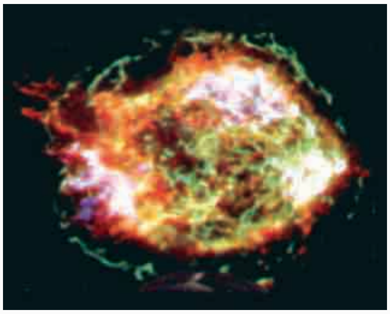
ظاهرکننده فوری

بسیاری از تصاویری که به وسیله دوربین‌های کار گذاشته شده در تلفن‌های موبایل گرفته می‌شوند، در هنگام ظاهر کردن دچار مشکل می‌شوند و میزان تصاویر خراب شده نسبت به تصاویر سالم، کمی بیشتر از اندازه‌ای است که انتظار می‌رود. اما با ظاهرکننده جدیدی که تولیدکنندگان در پاکارد طراحی کرده‌اند، این معضل تا حدودی برطرف شده و تصاویر بیشتری بدون خراب یا سیاه شدن ظاهر می‌شوند. این ظاهرکننده که ویژه دوربین‌های موجود در تلفن‌های موبایل ساخته شده جثه‌ای کوچک دارد و با حدود یک کیلوگرم وزن دارای ۲۲۰ میلی‌متر طول، ۱۱۵ میلی‌متر عرض و ۱۱۸ میلی‌متر ضخامت می‌باشد.

این مدل پنج نوع کارت حافظه را در خود می‌پذیرد و تصاویر آن را ظاهر می‌کند. ظاهر شدن تصاویر در مدت چند ثانیه صورت می‌گیرد و شفافیت تصاویر ظاهر شده مثال‌زدنی است. پاکارد برای این مدل ظاهرکننده خود قیمت **چهارصد دلار** را تعیین کرده است.

زیباترین لحظه در فضا

آنچه را که در تصویر مشاهده می‌کنید، یک پیتزای خوشمزه نیست بلکه لحظه انفجار یک **سوپرنوا** است که رنگهایی بدین‌سان زیبا آفریده است. این سوپرنوا که متعلق به کهکشان خودمان یعنی کهکشان راه شیری است، **کاسیوپیا** نام دارد و حدود ۳۴۰ سال پیش در فاصله‌ای نزدیک به **یکصد میلیون سال نوری**، رخ داد اما براثر فاصله‌ای که ما در داخل جو زمین با آن داشتیم تصویر این انفجار عظیم در فضا به‌تازگی توسط تلسکوپ چاندرا که رصدخانه‌ای متحرک در مدار زمین است، ارسال شده است. ذرات این انفجار تا ده میلیون کیلومتر پراکنده می‌شوند و قطر سوپرنوا خود در حدود ده میلیون سال نوری تخمین زده شده است. این سوپرنوا گازهایی از خود متصاعد می‌کند که میلیونها درجه حرارت دارند و در نتیجه این گازها به‌صورت اشعه ایکس در فضا پراکنده می‌شوند و به همین دلیل است که مطالعه سوپرنوا که همانا انفجار سیاره با توده سیاره‌ها است، از نقطه نظر علم نجوم دارای اهمیت بسیاری می‌باشد. مطالعه اشعه متصاعد شده و همچنین درجه حرارت گازها، اطلاعات گرانبهایی در مورد قوه جاذبه در سیاره‌های مختلف و چگونگی به‌وجود آمدن آن دراختیار بشر می‌گذارد.



رنگهای مختلفی که مشاهده می‌کنید، نمایانگر گازهای مختلفی است که در فضا پراکنده می‌شوند.

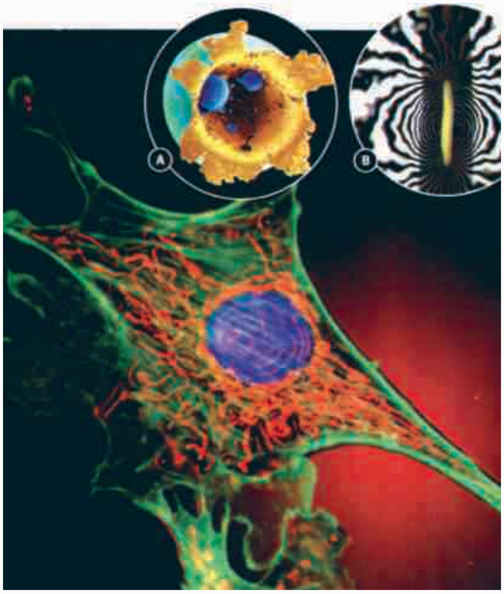
مجموعه‌ای بدون سیم رابط

فیلیپس هلند در رقابتی که با تولیدکنندگان ژاپنی و کره‌ای دارد موفق به طراحی مجموعه‌ای از وسایل صوتی و تصویری شده که تمامی آنها بدون هیچ سیم رابطی به یکدیگر ارتباط پیدا می‌کنند. این دستگاه دیجیتال، شامل پخش‌کننده سی.دی به‌صورت تصویر و صوتی است، ضمن آنکه ویدئو و D.V.D نیز بخشی از قابلیت‌های آن را تشکیل می‌دهد. علاوه بر آن این دستگاه با کامپیوتر هم می‌تواند ارتباط برقرار کند و حافظه کامپیوتر را بدون سیم رابط به خود منتقل می‌کند. اینترنت و ای‌میل نیز از دیگر قابلیت‌های آن به‌شمار می‌رود. این دستگاه دارای جثه‌ای کوچک است و از نظر شکل ظاهری بسیار مطلوب جلوه می‌کند. **فیلیپس** برای این دستگاه همه کاره مبلغ **یکهزار و صد دلار** را تعیین کرده است.

کوچک با سقف متحرک

کمتر مشاهده کرده‌ایم که اتومبیل‌های بسیار کوچک، دارای سقف متحرک باشند چرا که در برابر جریان هوا و به علت سبکی وزن، کنترل آنها مشکل خواهد بود. اما یکی از کوچکترین خودروهای جهان که ساخته صنایع اتومبیل‌سازی در انگلستان هم می‌باشد، در مدل تازه خود این ویژگی را جای داده است. آری سخن از مینی‌کوپر است که همراه با **مینی‌ماینر** از کوچکترین خودروهای جهان می‌باشد. **مینی‌کوپر** در مدل سال ۲۰۰۵ خود سقفی متحرک جای داده که با فشار دادن شاسی مربوطه برای یکبار ابتدا سقف تا نیمه از روی اتومبیل کنار می‌رود و سپس با فشار دادن همان شاسی برای بار دوم این بار سقف کاملاً از روی اتومبیل کنار می‌رود. علاوه بر آن مینی‌کوپر دارای موتوری به قدرت ۱۶۸ قوه اسب بخار است و با اینکه به شیوه سه سیلندر طراحی شده، اما دارای شش دنده می‌باشد که بسته به وضعیت جاده و در شرایط مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد. مینی‌کوپر به صورت دو در طراحی شده و صندلی‌ها از چرمی مرغوب ساخته شده‌اند. مصرف سوخت در مینی‌کوپر دوازده کیلومتر در داخل شهر و پانزده کیلومتر در بزرگراه در ازای هر لیتر بنزین می‌باشد. مینی‌کوپر برای مدل سال ۲۰۰۵ خود قیمتی برابر با **بیست و پنج هزار دلار** را درنظر گرفته است.

عکس علمی سال



روزنامه دیلی تلگراف چاپ لندن همه ساله عکس‌هایی مربوط به شاخه‌های مختلف را انتخاب و آنها را به عنوان عکس سال در رشته مربوطه می‌نامد. در سال جاری هم عکسی را که مشاهده می‌کنید، به عنوان عکس علمی سال برگزیده است. این تصویر توسط دکتر **دیوید بکر** گرفته شده و در آن، حرکات سلولی را که به کمک میکروسکوپ نشان داده می‌شوند، دارای نوعی فرهنگ و روند حرکتی، قلمداد کرده است. گرفتن چنین عکسی بسیار مشکل است چرا که شخص باید ساعتها به وسیله میکروسکوپ، سلولهای تشکیل‌دهنده یک بافت را زیرنظر قرار دهد تا به محض ایجاد نوعی فرهنگ حرکتی، موفق به گرفتن عکس شود. اهمیت تصویر فوق‌الذکر که برنده جایزه بهترین عکس ملی سال شده در این است که علاوه بر بکر و زیبا بودن تصویر نوعی واقعیت علمی را نیز به اثبات می‌رساند. دکتر بکر که عکس برنده در زمره آثار او می‌باشد، از دانشمندانی است که علاوه بر تخصص در علم، هنرمند و عکاس قابلی نیز می‌باشد.

خانه برای آب و خشکی

شرایط جوی غیرقابل پیش‌بینی که طی یکصد سال آینده کره زمین را تهدید می‌کند سبب شده تا انسان برای پیش‌گیری به کارهای عجیبی دست بزند. برطبق پیش‌بینی پژوهشگران، قرن بیست و یکم میلادی، زمان درگیری انسان با سیل‌ها و سیلابهای مهیب خواهد بود و به خاطر همین پیش‌بینی یک طراح و معمار مشهور هلندی به نام «وان درفولر» به طراحی خانه‌های از پیش ساخته‌ای دست زده است که در آب و خشکی به یکسان قابل سکونت می‌باشند. این‌گونه خانه‌ها که انتظار می‌رود تا با استقبال فراوانی مواجه شوند، به اندازه‌های مختلف ساخته می‌شوند. بخشی از دیوارهای این خانه‌ها از جنسی موسوم به بتون توخالی ساخته می‌شود که از طرفی سبک بوده و قابلیت ماندن روی سطح آب را دارا می‌باشد و از جانب دیگر هم بسیار محکم و نفوذناپذیر است. انرژی و مواد مهم مانند برق و آب از طریق لوله‌های متحرک وارد ساختمان می‌شود. ضمن آنکه قابلیت بهره‌گیری از انرژی خورشیدی را نیز دارا می‌باشد. هم‌اکنون ۴۶ دستگاه از خانه‌های ذکرشده در بندر آمستردام واقع در هلند به صورت آزمایشی مورد استفاده قرار گرفته شده است.

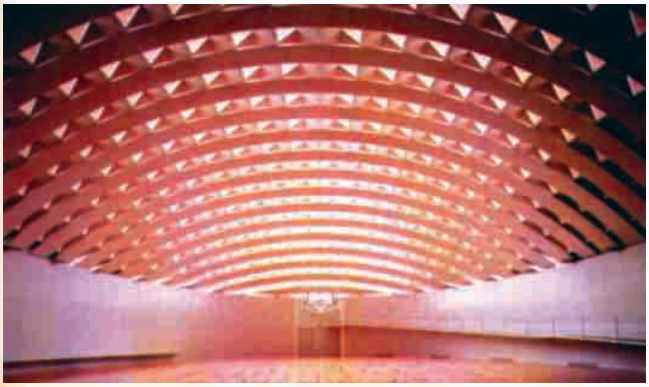
درطراحی این خانه‌ها نیم‌نگاهی هم به معماری چند صد ساله در شهرهایی که روی آب قرار دارند مانند ونیز در ایتالیا شده است.

تخمین‌های اولیه برای قیمت این‌گونه خانه‌ها بین **یکصد** تا **یکصد و پنجاه هزار دلار** را دربر می‌گیرد. یکی از همین خانه‌ها را در تصویر مشاهده می‌کنید.

سالن‌های ورزشی و روشی تازه

با نام **تاناگوچی** تقریباً همگان آشنایی دارند. او یک مهندس معمار ژاپنی است که طراحی‌های او در مورد ساختمان، بویژه ساختمانهای عمومی و ادارات مورد توجه بسیاری قرار گرفته است. تاناگوچی اخیراً طرحی جدید برای سالنهای ورزشی ارائه داده است. در طرح تازه او، نور حرف نخست را می‌زند. تاناگوچی معتقد است که ورزشکاران به جهت تلاش فراوان و همچنین تعرق از نظر انعکاس نور بر چشمان خود دچار مشکلاتی می‌شوند که باید این مشکلات در تنظیم فضا و نور در مکان ورزشی برطرف گردد. او به نوعی طراحی پرداخته که به آن تصویر اوپتیکالی می‌گویند.

در این طرح ورزشکار در مکانی که به ورزش می‌پردازد دچار استرس نمی‌شود چرا که نور و فضای ورزشی در او ایجاد آرامش می‌کند. به همین دلیل بود که کمیته المپیک یونان برای ورزشهای داخل سالن در المپیک آتن، طراحی اغلب سالنهای خود را به تاناگوچی واگذار کرده بود. طراحی‌های او در آتن بسیار هم مورد توجه کارشناسان قرار گرفته بود. در تصویر آخرین سالن ورزشی که برمبنای طرح او در توکیو ساخته شده را مشاهده می‌کنید.



تفاوت میان شوق و اشتیاق در این است که شوق به دیدار فرو نشیند ولی اشتیاق زیاد شود

• بوعلی سینا

با خواندن این مطلب
درخواهید یافت که

شاید شما هم لثه‌هایی بیمار داشته باشید

از: دکتر چرامین

بیماری پریودنتال

قبل از شروع بحث کلمه پریودنتال را معرفی می‌کنم.

پری (اطراف) + دنتال (دندان)

خوب حالا که به «بانت» نگهدارنده دندانها از قبیل؛ «لیگامنت‌ها» و «استخوان لثه» آشنا شدیم، بد نیست بدانیم که چه عواملی باعث بیماری این اعضاء و درپی آن از دست دادن دندانها می‌شود.

درواقع تا قبل از ۴۰ سالگی و بعد از آن، این بیماری بیشتر در افراد فقیر شایع است. افرادی که از نظر فرهنگی، بهداشتی، تغذیه و حتی محیط زندگی با مشکلاتی روبرو هستند.

اما چه فاکتورهایی در ایجاد این بیماری دخالت دارند

این بیماری درست شبیه پوسیدگی دندان دارای چند علت متفاوت است. با این تفاوت که در این پروسه دندانها پوسیده و فاسد می‌شود، ولی لثه تورم و التهاب نمی‌کند.

درحالی که علت اصلی این بیماری پوکی دندانی می‌باشد.

و همه روزه بعد از غذا خوردن، در صورت عدم رعایت بهداشت دهان و مسواک نکردن یک لایه چسبنده و غیرقابل دید بر روی دندانها، اطراف روکش‌ها، زیر بریج‌ها و اطراف پرکردگی‌های غیراستاندارد و پروتزها بوجود می‌آید که پلاک نام دارد و با ترکیب شدن این لایه با باکتریهای زنده که حاوی کمی از ریزه‌های غذا و بزاق دهان است، توکسین (سم) تولید می‌شود که این سموم باعث التهاب لثه خواهد شد. و این التهاب سرآغاز بیماریهای «پریودنتال» می‌باشد.

البته فاکتور دیگری وجود دارد که در بوجود آوردن این بیماری دخالت دارد. از جمله حاملگی، اختلالات غدد درون‌ریز، دیابت، آلرژی، عوارض ارثی، پدیده روانی و تنفس دهانی و مصرف بعضی از داروها مانند دارو ضدصرع و بعضی از داروهای قلبی و کلیوی.

درحالی که بیشتر افراد از شروع این مشکلات در دهان خود بی‌اطلاع هستند و به همین منظور ما علائم این بیماری را برای شما برمی‌شمریم:

قرمزی و تورم لثه‌ها

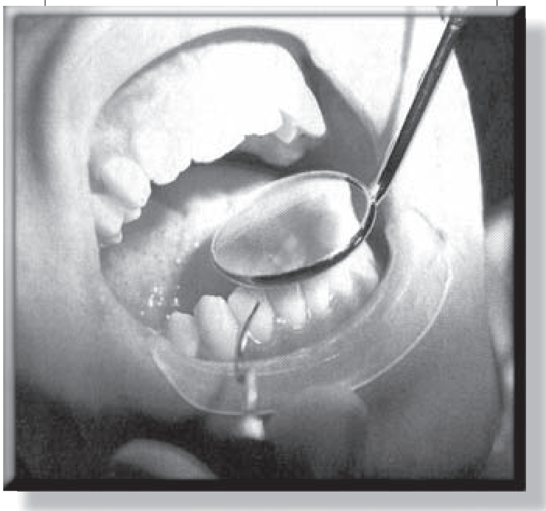
لثه رنگ صورتی خود را از دست می‌دهد و خونی و قرمز می‌شود.

خونریزی از لثه‌ها

با کوچکترین حرکت مسواک، نخ دندان، چیز سفت گاز زدن از قبیل سیب و یا هر میوه سفت دیگری، لثه شروع به خونریزی می‌کند و اگر حتی این خونریزی گاه بی‌گاه باشد، با اطمینان می‌شود گفت که نشانه بیماری لثه می‌باشد.

فواصل تدریجی بین دندانها پیدا می شود

بنده خودم در مطب بارها شاهد شکایت بیماران بودم که عنوان می‌کنند دندانم قبلاً صاف و چسبیده به هم بوده، ولی حالا از هم فاصله افتاده است که این خود نشانه بیماری پریودنتال و تحلیل استخوان اطراف دندان می‌باشد.



لق شدن یک یا چند دندان

تحلیل و عقب‌نشینی لثه‌ها

بعضی‌ها این احساس را دارند که دندانهایشان بلند شده است درحالی که این مشکل ناشی از عقب‌نشینی لثه‌ها می‌باشد و گاهی آنقدر پیشرفت می‌کند که منجر به دیدن ریشه‌ها می‌گردد. البته این پدیده در افراد مسن طبیعی می‌باشد.

اما خارش، حساسیت به هوای سرد و گرم، درد مبهم بعد از غذا خوردن، درد عمقی و پخش شونده و ضربان‌دار در موقع جویدن از عوارض عقب‌نشینی لثه است و اینگونه است که از هر پنج مبتلای بیماری پریودنتال یک نفر از بیماری خود اطلاع دارد.

درحالی که این بیماری در مراحل اولیه با مراجعه به پزشک به‌راحتی رفع می‌شود.

گذشته از اینکه مصرف ویتامین‌هایی چون ویتامین A که نقش حمایتی در ترمیم بافت‌های لثه دارد، ویتامین C، فسفر، کلسیم، آهن، ویتامین D از پیشرفت این بیماری جلوگیری می‌کند.

و در کنار مصرف داروها، رعایت بهداشت، نخ کشیدن بین دندانها، استفاده از مسواک به‌طور منظم، استفاده از خلال دندان، استفاده از مسواکهای بین دندانی، مصرف کربوهیدراتها در غذا که باعث توقف رشد باکتری در حفره دهان می‌شود، در جلوگیری از ابتلا به بیماری بسیار تأثیرگذار است.

و در پایان اینکه کنترل پلاک دندانی توسط موادی که پلاکها و جرمها را نشان می‌دهد هر سه ماه یکبار توسط پزشک لازم می‌باشد.

نامه‌های رسیده

فاطمه رسولی از مشهد

خانم رسولی از اینکه برای ما نامه نوشته‌اید بسیار سپاسگزاریم، درواقع امروزه کمتر کسی است که از بوی بد دهان خود و یا اطرافیان شکایت نداشته باشد، چون بعضی‌ها حتی اگر بهداشت را هم خوب رعایت کنند و حتی روزی چند بار هم مسواک کنند باز هم دهانشان بوی بد می‌دهد.

اما بوی دهان یا منشاء دهانی دارد و یا اینکه منشاء خارج دهانی و تفکیک این دو بسیار ساده می‌باشد.

در این حالت فرد باید دهان خود را ببندد و از بینی هوا خارج کند که در این صورت اگر بوی بد منشاء دهانی داشته باشد از شدت آن کم شده و یا از بین می‌رود، اما اگر باز هم در موقع خارج کردن هوا از بینی بویی احساس شود این مسأله دیگر مربوط به سینوس‌ها است یا اینکه ممکن است منشاء ریوی و گوارشی داشته باشد.

بویی که منشاء آن دهان باشد:

۱- در مواقع پرکردگی‌های غیراستاندارد دندانها غذا وارد فضای ایجاد شده می‌شود و شروع به تخمیر و بو می‌کند.

۲- فاصله نداشتن دندانها در بعضی مواقع باعث می‌شود که فرد قادر به تمیز کردن و یا نخ کشیدن آنها نباشد که در این صورت غذاهای باقیمانده تخلیه نشده و بوی بدی ایجاد می‌شود.

روکش‌ها، بریج‌ها، پروتز مصنوعی، ارتودنسی، مصرف دخانیات، التهاب و تورم لثه‌ها، پوسیدگی‌های دندانی، آبسه‌های داخل دهانی بعد از کشیدن دندان، افرادی که یک یا چند دندان خود را از دست داده باشند، دندان عقل نیمه نهفته و بهداشت ضعیف هم از دیگر عوامل بوی بد دهان هستند و اما...

عوامل خارج دهانی

در این مرحله می‌توان از مشکلات سینوس‌ها، دیابت، بیماریهای کلیوی، بالا بودن اوره خون نام برد.

بیمارانی که از ناراحتی ریوی و دستگاه گوارش رنج می‌برند و افرادی که مایعات کم مصرف می‌کنند، روزه گرفتن افراد عصبی و مصرف بعضی از داروها از دیگر عوامل هستند که باعث ایجاد بوی بد در دهان می‌شوند و در تمامی این موارد مراجعه به یک دندانپزشک برای تشخیص صحیح بیشترین کمک را می‌کند. ■

مشاوره دندانپزشکی

آن دسته از عزیزانی که از بیماریهای دهان و دندان رنج می برند و استطاعت مالی اندکی دارند و قادر به کاشت دندان، ارتودنسی، جراحی لثه و دندان مصنوعی نمی باشند می توانند با روابط عمومی مجله و یا روزهای چهارشنبه از ساعت ۱۳/۳۰ الی ۱۵ با تلفن ۲۹۹۹۳۲۳۸ با دکتر چرامین تماس حاصل فرمایند.

یک هفته حادثه

تهیه و تنظیم: کریم ملکی

قابل توجه دوشیزگان بیکار

صاحبان دو واحد صنفی که با چاپ آگهی استخدام در روزنامه‌ها، زنان و دختران جوان را اغفال کرده و به سوءاستفاده جنسی از آنها می‌پرداختند، توسط پلیس قم دستگیر شدند.

درپی شکایت دختر جوانی مبنی بر اینکه صاحب واحد صنفی عکاسی با ترفند و وعده استخدام، با او رابطه نامشروع برقرار کرده است، مأموران اداره آگاهی قم تحقیقات خود را بر روی این موضوع متمرکز کردند و پس از یک هفته بررسی کارآگاهان پی بردند متصدی عکاسی با درج آگهی استخدام منشی خانم در روزنامه‌های کثیرالانتشار، پس از مراجعه چندین زن و دختر، بعضی از آنها را با وعده‌های دروغین خود مانند استخدام و یا ازدواج، با همدستی صاحب یک مغازه مانتوفروشی که در همسایگی‌اش قرار داشت، فریب می‌داد و از آنها سوءاستفاده جنسی می‌کرد.

مأموران اداره آگاهی قم این دو واحد صنفی را مورد بازرسی قرار دادند و تعداد صد حلقه سی‌دی و فیلم غیرمجاز و مستهجن کشف و ضبط کردند.

در پایان صاحبان دو واحد صنفی با قرار بازداشت موقت روانه زندان شدند و واحدهای صنفی هم توسط مأموران اماکن پلمپ گردید.

انتقام از قوم شوهر!

زن چینی که در مراسم سوگواری همسرش ۱۰ نفر از بستگان وی را کشته بود، پس از دستگیری اعدام شد.

این زن کشاورز چینی، پس از مراسم تشییع، در ناهار میهمانانش مرگ موش ریخت و درنتیجه باعث مرگ ۱۰ نفر و مسموم شدن ۲۳ نفر دیگر گردید.

البته پلیس محل پس از بررسی و تحقیقات، زن کشاورز را دستگیر کرد.

این زن که «**چن زیاموی**» نام دارد قبل از مراسم اعدام انگیزه این کارش را چنین عنوان نمود: من و همسرم سالها شب و روز به کار و تلاش در شغل کشاورزی می‌پرداختیم و یک زندگی ساده‌ای داشتیم، تا اینکه شوهرم چند ماهی در بستر بیماری افتاد و هیچ کدام از بستگانش که اکثر آنها هم از نظر مالی در شرایط خوبی هستند، حتی یکبار هم به ملاقاتش نیامدند و من همچنان با دو فرزند کوچکم در شغل کشاورزی مخارج دارو و درمان را به‌سختی تهیه می‌کردم و روزگار سختی در این مدت بر ما گذشت، تا اینکه روز مرگش جنونی به من دست داد و تصمیم گرفتم به علت بی‌توجهی بستگان همسرم از آنها انتقام بگیرم و به همین دلیل دست به چنین کاری زدم.

سگ مهربان گل کاشت

در واشنگتن یک سگ تربیت شده صاحب خود را از مرگ حتمی نجات داد.

جریان از این قرار بود که این سگ آموزش دیده بود در صورت بروز اتفاق و یا حادثه‌ای برای صاحبش، گوشی تلفن را بردارد و کلید ویژه‌ای را که شماره تلفن پلیس به حافظه داده شده است فشار دهد.

از قضا یکی از روزها صاحب این سگ که با ویلچر در حیاط منزلش تردد می‌کرد، از روی ویلچر سقوط کرده و بیهوش شد.

به همین دلیل سگ فوراً گوشی تلفن را برداشت و با فشار دادن کلید موردنظر پلیس را خبر کرد و پس از آن به حیاط منزل آمد و شروع به پارس کردن نمود.

پلیس هم فوراً به محل موردنظر اعزام گردید و به محض رسیدن به آنجا متوجه شد که سگی مدام در حیاط این ساختمان پارس می‌کند، بدین ترتیب در زدند و سگ خانگی بلافاصله در را برای آنها گشود و مأموران را به نزد صاحب خود که در حیاط با ویلچر افتاده بود، برد.

مأموران هم فوراً مرد معلول و بی‌هوش را به بیمارستان انتقال دادند و وی از مرگ حتمی نجات یافت.

شیطان دو دختر را گول زد!!

دو خواهر سارق که کیف یک زن را در طلافروشی سرقت کرده بودند، دستگیر شدند.

چند روز پیش زن میانسالی که برای خرید جواهر به یک طلافروشی در خیابان گاندی رفته بود، پس از انتخاب طلای موردنظر خودش ناگهان متوجه شد کیف پولش توسط دو دختر شیک‌پوش که در آن مغازه حضور داشتند به سرقت رفته است.

درپی این ماجرا زن مالباخته با داد و فریاد از مردم کمک خواست که در این هنگام یکی از خودروهای گشت کلانتری که درحال عبور از محل بود، با مشاهده تجمع مردم دو دختر شیک‌پوش را دستگیر می‌کند و پس از بازرسی کیف پول را کشف و ضبط می‌نماید.

این دو دختر که خود را خواهر معرفی کردند، درحالی که به شدت می‌گریستند، گفتند: ما وارد طلافروشی شدیم و قصد خرید طلا داشتیم که متوجه شدیم کیف شاکی روی زمین افتاده، پس به سرعت آن را برداشتیم و بعد هم از آنجا خارج شدیم، در حالی که تحقیق در این زمینه ادامه داشت، ماجرا کمی تغییر کرد چون مردی که برای ارائه سند خودرو خود به دادسرا مراجعه کرده بود با مشاهده

این دو دختر خطاب به شاکی و در ادامه به دادیار جنایی گفت: من طلافروش هستم، ماه گذشته این دو خواهر با سرقت مقادیری طلا قصد فرار داشتند که من متوجه سرقت آنها شدم و در همان حال تصمیم داشتم آنها را به مأموران نیروی انتظامی تحویل دهم، اما به خاطر گریه و التماس آنها که گفتند شیطان گولمان زد و وسوسه شدیم آنها را آزاد کردم و امروز آنها را در این محل مشاهده می‌کنم.

درپی این اظهارات، دادیار جنایی با صدور قرار قانونی دو خواهر سارق را روانه زندان کرد تا تحقیقات بیشتری در این زمینه صورت گیرد.

باز هم مهربانی حادثه آفرید

چندی پیش ساکنان یک مجتمع مسکونی در غرب تهران، با مشکوک شدن به غیبت همسایه پیرمرد خود که هر روز در ساعت معین از خانه خارج می‌شد، به سراغ او رفتند و پس از چند بار در زدن متوجه ناله‌های ضعیفی شدند که از داخل خانه به گوش می‌رسید. پس آنها ضمن وارد شدن به داخل منزل با تعجب دیدند که دست و پای پیرمرد بسته شده است و او قادر به حرکت نیست.

درپی این حادثه، موضوع را به پلیس گزارش می‌کنند و پس از عزیمت مأموران پیرمرد به بیمارستان منتقل می‌شود و پس از بهبودی، وی در بازجویی کوتاهی می‌گوید: غروب هر روز برای گذران ساعتی از وقت خود عازم بوستان می‌شدم، تا اینکه دو روز پیش در این محل دختری که خود را دانشجو معرفی می‌کرد کنارم نشست و پس از گشودن باب صحبت با من عنوان کرد؛ حاج آقا چند ساعت پیش به تهران آمده‌ام و هنوز محلی برای اجاره پیدا نکرده‌ام، شما مسافرخانه امنی سراغ ندارید و هنگامی که صحبت‌های ما ادامه پیدا کرد، به او گفتم من دو فرزند دارم، هر دو خارج از کشور هستند و زنم فوت کرده و من تنها زندگی می‌کنم، شما می‌توانید تا پیدا کردن خانه اجاره‌ای، در منزل من باشید.

پیرمرد در ادامه افزود: وقتی این دختر به خانه‌ام آمد فقط چند ساعت بیشتر طول نکشیده بود که یکباره به من حمله کرد و پس از زدن چند ضربه از پشتم مرا نقش زمین کرد و دست و پایم را بست و اموال قیمتی و پولهایم را به سرقت برد و متواری شد.

درپی اظهارات پیرمرد و با تحقیق و چهره‌نگاری از دختر فراری، مأموران موفق شدند این دختر را به اتفاق دو نفر دیگر در یک رستوران دستگیر کنند.

وی پس از دستگیری گفت: سه ماه پیش پس از اختلاف با مادرش از خانه فرار کرده و در این مدت با همکاری بعضی از جوانها امرارمعاش می‌کند.

با ثبت اعترافات دختر ۱۹ ساله به دستور قضایی وی روانه زندان شد.

از سیلاب توفنده مترس، وحشت در قطره‌ات آبی لانه کرده که مدام می‌چکد!

پاورقی ایرانی

گمشدگان

قسمت شانزدهم

در شماره‌های پیشین خواندیم که:

در تابستان ۵۹ با همسرم «لیلا» و چهار کودکمان که دو پسر و دو دختر توامان دوقلو بودند کانون خانوادگی گرمی داشتیم اما...

اما همسرم با وجود مخالفت‌های من تصمیم گرفت که بچه‌ها را با ماشین شخصی‌اش به شمال ببرد و چنین شد که از فردای آن روز من دیگر خانواده‌ام را ندیدم و اثری از اجساد آنها هم یافته نشد تا امروز که ۸ سال بعد از آن وقایع و سرگردانی و دلمردگی تجدیدفراش کرده و همسر و کودک دختری دارم. زنی به نام مرضیه و فرزندانش که دو پسر و دو دختر دوقلو هستند توجه مرا به خود جلب کرده‌اند و درواقع احساس می‌کنم آنها همان گمشده‌های من هستند، بنابراین در جهت حل معمایم تلاش خستگی‌ناپذیری را آغاز کرده و سرانجام توانستم آدرس منزل آنها را یافته و به دیدار این خانواده بروم...

در ملاقات با مرضیه خانم و درحالی که او با استفاده از یک روبند چهره‌اش را از من پنهان کرده بود ماجرای گم شدن همسر و فرزندانم را برایش توضیح دادم اما او که در کار پیشگویی و جادو و جنبل تبحر خاصی داشت مرا هیپنوتیزم کرد و در همان حالت برایم شرح داد که زن و فرزندانم را پس از افتادن به دره حیوانات خورده‌اند و... وقتی از حالت عجیبی که در آن بین توهم و واقعیت دست و پا می‌زدم به حالت عادی بازگشتم مرضیه خانم گفت که در جهت بهبود حال من اقداماتی را بر روی فکر و روحم انجام داده است اما برای تثبیت معالجاتش باید یکبار دیگر مرا ویزیت کند.

بعد از آن ملاقات متوجه شدم که براثر اقدامات مرضیه خانم قسمتی از خاطرات گذشته من پاک شده تا جایی که دیگر درباره اعتقادم به زنده بودن سحر و بچه‌هایم و حتی جستجوهایی که تا آن روز برای زنده بودن آنها انجام داده بودم چیزی به خاطر نداشتم و این موضوع باعث مشاجرات زیادی بین من و همسرم (نرگس) شد و سرانجام قرار گذاشتیم برای روشن شدن واقعیت در ملاقات بعدیم با مرضیه خانم، نرگس هم همراه من باشد اما فردای آن روز به طرز مرموزی که فکر می‌کنم دست خودم نبود بدون هماهنگی با همسرم و به‌تنهایی به دیدار مرضیه خانم رفتم و در آنجا باز هم او مرا به آن حالت شگفت‌انگیز فرو برد و در همان حال از من سؤالاتی درباره اینکه اگر گمشده‌هایم زنده باشند و بتوانم آنها را پیدا کنم چه کار خواهم کرد پرسید و...

اینک ادامه ماجرا...

روبه‌رویش نشستم. سیگاری که لای انگشتش بود، داشت له می‌شد. گفتم:

- مثل این که اومدن بی‌هنگام نرگس شما رو ناراحت کرده. از شما واقعاً عذر می‌خوام و بهش میگم دیگه تکرار نکنه.

به سیگار پک زد و طوری حالت گرفت که انگار به فکر فرو رفته است. کمی بعد لبخندی زد و گفت:

-شما دارای نیروی خوبی هستین. باید تقویتش کنین.

گفتم: یه چیز عجیب برام پیش اومد... وقتی اومدم توی این اتاق، شما رو دیدم که پشت اون میز نشسته بودین... کلی هم با هم حرف زدیم. ولی انگار خواب می‌دیدم. مقاومت کردم و بیدار شدم.

- درسته... شما نیرو دارین. باید تقویتش کنین.

و غش غش خندید و گفت:

- این اولین باره که کسی توی این اتاق می‌تونه مقاومت کنه و بیدار بشه... خوشم اومد... حاضرین شما رو به چند نفر از دوستام معرفی کنم؟

- به دوستاتون؟

- فردا شب، ساعت هشت بیاین میر داماد. به مینا بگین آدرس‌شو بهتون بده... امروز هم لازم نیست ویزیت بدین.

و به در اشاره کرد یعنی دیگر برو. بلند شدم و خداحافظی کردم. او از جایش بلند نشد. فقط گفت:

- خدا حافظ.

بیرون آمدم و وارد هال شدم. مینا داشت از روبه‌رو می‌آمد. پیراهن و شلوار سیاه پوشیده بود. یک روسری خاکستری تیره هم به سرش بسته بود. چشم‌هایی زیبا و با نفوذ و سرد داشت. بدون این که سلام کند، پشت میز رفت و روی تکه‌ای کاغذ مشغول نوشتن چیزی شد و آن را به من داد. پرسیدم:

- این چیه؟

- فکر می‌کردم خوندن بلدین.

- بلدم. عینکم همراهم نیست.

- این نشانی میر داماده. ضمناً به این خانمی که اومدن دنبال شما یاد بدین که هیچ وقت، هیچ جا، پیش هیچ کس بدون وقت قبلی نرن... اینجا که جای خود داره.

این را گفت و درحالی که می‌رفت، گفت:

- از درِ سمت راستی برین تو کوچه.

او به چپ پیچید و من به راست. از یک راهرو طولانی گذشتم و به درِ چوبی سبز و قشنگی رسیدم. انگار قدیمی بود. محو تماشای در بودم که صدایی از پشت سرم گفت:

- قدیمیه...

سرم را برگرداندم و مینو را دیدم. لحن نگاهش مهربان بود. گفتم:

- سلام.

خندید و گفت:

- سلام... چرا دارین از درِ پشتی میرین بیرون؟

- به دستور سرکار خانم مینا رضوی.

در را برایم باز کرد و گفت:

- پس بهتره زودتر برین وگرنه جریمه‌تون می‌کنه.

از او خداحافظی کردم و بیرون آمدم. نرگس را ندیدم. سوار صد و نود شدم و دور زدم و جلو در ایستادم. کمی بعد در باز شد و او هم بیرون آمد. با اخم سوار شد و گفت:

-زود باش بریم... امروز کلی از وقتم رو تلف کردم.

راه افتادم. گفت:

- این چه برنامه‌ای بود که امروز سرم پیاده کردی؟ مگه قرار نبود با هم بیایم اینجا؟

- شاید باور نکنی ولی همه چی خودبه‌خود طوری پیش اومد که نتونم تو رو خبر کنم.

- یه تلفن هم نمی‌تونستی بزنی؟

- حرف تو منطقیه. من هر چی بگم، توجیه کردم مگر این که واقعیت رو بگم.... من برای این که تو رو خبر نکنم، هیچ اراده‌ای نداشتم.

و ماجرای گرسنه شدن و از روزنامه بیرون رفتن و بقیهٔ چیزها را برایش گفتم. گفت:

- این مرضیه خانم فکر می‌کنه کیه؟ من با هزار زحمت آدرس‌شو از آقای دبیری گرفتم و با آژانس اومدم اینجا. اون وقت هر چی زنگ می‌زنم کسی جواب نمیده. ده دقیقه زنگ زدم تا این که یه پسری در رو باز کرد و گفت مرضیه خانم بدون وقت قبلی کسی رو قبول نمی‌کنه. به حرفش گوش نکردم و وارد خونه شدم. یه پسر جوون منو برد توی یه اتاق بزرگ و گفت منتظر بشم تا سرِ مرضیه خانم خلوت بشه و بهش بگه من بدون وقت قبلی اومدم.

نیم ساعت هم اونجا نشستم بعدش همون جوون اومد و گفت شوهرتون بیرون منتظر شماست. اینا دیگه کی هستن؟

جوابی ندادم. او هم سکوت کرد ولی معلوم بود که با خودش داشت جر و بحث می‌کرد. همین طور بی‌خودی گفتم:

- خب اونام واسه خودشون قانون دارن و میگن قبلاً باید وقت بگیرین.

- من تا حالا پیش معروف‌ترین دکترها رفتم و هیچ وقت مشکل وقت گرفتن نداشتم. مگه ایشون کی هستن که این قدر ناز دارن؟

کمی مکث کرد و پرسید:

- چقدر ویزیت دادی؟

- هیچی. گفت ویزیت این دفعه رو نمی‌خواد بدم. می‌گفت من یه انرژی بزرگ دارم. می‌گفت باید تربیتش کنم.

- حالا حالت چطوره؟

- خوبم. ولی یه جوری هستم که نمی‌تونم توصیفش کنم.

نگاهم کرد و پرسید: خوبه یا بده؟

- هیچ کدوم... دلم می‌خواد زودتر برسیم خونه و یه فیلم تخیلی خیلی عالی نگاه کنم و به چیزی فکر نکنم.

نزدیک خانه بودیم که پرسید:

- وقتی که میری اونجا چیزی هم می‌خوری؟

- شاید قهوه خورده باشم... یادم نمیاد. چطور؟

- دکتر احمدی معتقده مرضیه خانم با داروهای شیمیایی تو رو به خواب مصنوعی می‌بره. می‌گفت بعضی از کسانی که ادعای انرژی درمانی دارن و تو خالی هستن، قبل از این که مریض رو ببینن، بهش قهوهٔ آلوده به مواد خواب آور میدن.

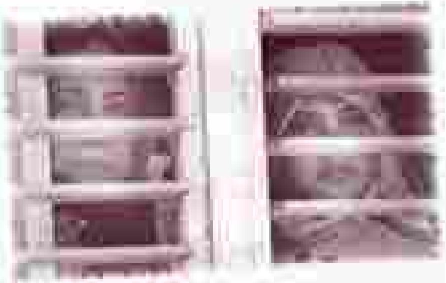
به کوچهٔ خودمان پیچیدم و گفتم:

- فکر نکنم. اگه به این سادگی‌ها بود مشتری‌های مخصوص و معروف نداشت.

- دکتر احمدی می‌گفت درباره‌ش تحقیق می‌کنه و به من خبر میده.

صد و نود را جلو خانه پارک کردم و درهایش را بستم. نرگس در خانه را باز کرد و با هم بالا رفتیم. پرسیدم:

- تو امروز هم به خاطر من نمیری شرکت یا



مصطفی گلیاری

خودت حوصله نداری؟

- هر دوش.

حوری بالای پله‌ها منتظر ما بود. سرش را بوسیدم و گفتم:

- چه خوب! چند روزه تو رو بیشتر می‌بینم.

- چه فایده! همه‌ش میری توی اتاقت و چیز می‌نویسی.

درحالی که کاپشنم را درمی‌آوردم، گفتم:

- یه فیلم تخیلی باحال بذار تو ویدیو که می‌خوام با هم بشینیم و کیف کنیم.

آخ جان گویان، دنبال کشو فیلم‌ها رفت. من هم به اتاقم رفتم و داشتم لباسم را عوض می‌کردم که نرگس آمد و در را بست و گفت:

- فیلم رو بذار واسه بعد... من می‌خوام بدونم اونجا که بودی چی گذشت و حالا چطوری؟

- من خوبم... چرا این چیزا رو توی راه نپرسیدی؟ جلو حوری که نمیشه بحث کنیم. ولی خیالت راحت باشه. حالم خیلی خوبه. نه دلهره دارم، نه فشار دارم، نه سرم درد می‌کنه، نه سست و کرخت و بی‌حالم. قبراق قبراقم!

- اون قدر قبراق هستی که ناهار حوری رو بدی تا من یه چرتی بزنم؟

- با خیال راحت برو بخواب.

به آشپزخانه رفتم. دو تکه پیتزا و نیم لقمه ساندویچ و چند تخم مرغ داشتیم. فایده‌ای نداشت. به ساندویچی سر کوچه زنگ زدم و دو ساندیچ زبان و یک ژامبون مرغ و نوشابه سفارش دادم و پیش حوری رفتم. فیلم اعماق را انتخاب کرده بود. خوشم آمد و نشستیم به تماشا. به آنجایش رسیده بودیم که موجودی که از آب درست شده بود، وارد زیر دریایی شد و از راهروها گذشت. وارد کابین همسر کاپیتان شد. هر دو به تلویزیون چشم دوخته بودیم که یک نفر زنگ زد. به حوری گفتم:

- ساندویچا رسید. بزن روی پاز تا برگردم.

شتابان رفتم و کیسهٔ غذاها را گرفتم و دوان دوان آمدم بالا. ژامبون را توی یخچال گذاشتم و فیلم را از پاز خارج کردم و دوتایی مشغول خوردن زبان‌ها شدیم. وسط خوردن، حوری گفت:

- می‌تونم یه چیزی بپرسم؟

- بپرس.

- چی شد که یه هو زدی زیر همه چی.

با تعجب نگاهش کردم و گفتم:

- من؟ زیر چی زدم؟

انگشتش را به نشانهٔ آهسته جلو لبش گرفت و گفت: تو قبلاً همه‌ش دربارهٔ اکبر و اصغر و حوری و پوری با من حرف می‌زدی و می‌گفتی امکان نداره مرده باشن... ولی حالا به همه میگی همچین حرفی نزدی و از اولش گفتی اونا کشته شدن.

- راستش هیچ جوابی ندارم. اینو دکتر احمدی و نرگس هم به من گفتن ولی خودم چیزی یادم نمیاد.... شاید مال داروهای زیادیه که قبلاً مصرف می‌کردم.

لقمه‌اش را قورت داد و کمی نوشابه خورد و آهسته گفت:

- حسین چی؟ چرا دیگه از حسین چیزی نمیگی؟ این راسته که تو میگی کسی رو به اسم حسین نمی‌شناسی؟

- راسته. ولی دیگه خودم به حرف‌های خودم اطمینان ندارم.

به اتاقی که نرگس در آن خوابیده بود، نگاهی کرد و آهسته گفت:

- مامان میگه دکتر احمدی گفته مرضیه خانم با داروی خواب آور، تو رو شست‌وشوی مغزی داده.

- من باور نمی‌کنم... منظورم اینه که داروی خواب آور رو قبول ندارم... حالا از این بگذریم و یه چیز دیگه... تو دقیقاً واسه من بگو که من قبلاً چطوری بودم و از کی عوض شدم.

او گاز بزرگی به ساندویچش زد و دو درجه صدای تلویزیون را زیاد کرد و مشغول جویدن شد. از حالت نگاهش فهمیدم که دارد گذشته را مرور می‌کند. برایش کمی نوشابه ریختم. لقمه را قورت داد و نوشابه را خورد و همهٔ چیزهایی را که از یاد برده بودم، برایم تعریف کرد. من به او خیره شده بودم و باقی‌ماندهٔ ساندویچم را در دست گرفته بودم و هر چه را که می‌گفت، به یاد می‌سپردم.

حرف‌هایش که تمام شد، هر دو به لقمه‌هایمان نگاه کردیم و بی‌آن که کسی چیز دیگری بگوید، ناهارمان را تمام کردیم و هر دو به فیلم خیره شدیم. کاپیتان به اعماق اقیانوس رفته بود و آب تنفس می‌کرد و با موجودات هوشمند و عجیب اعماق اقیانوس حرف می‌زد. گفتم:

- درسته... من شست‌وشوی مغزی شدم ولی نه با داروی خواب.

- پس با چی؟

- با یه جور انرژی فوق العاده که در وجود مرضیه خانم موج میزنه.

کمی نوشابه خورد و گفت:

- چرا تو رو شست‌وشوی مغزی داده؟

- نمی‌دونم.

- شاید فکر کرده اگه مغز تو رو بشوره، تو دیگه خوب میشی و تو هم مثل همه فکر می‌کنی که بچه‌هات کشته شدن. این جوری دیگه افسرده نمیشی و غصه نمی‌خوری.

زیر لب گفتم: درسته.

ولی پیش خود فکر کردم درست نیست. خیلی هم غلط است. مرضیه خانم حق ندارد احساسات و عواطف و اطلاعات مغزی مرا تغییر دهد. کیسهٔ تفالهٔ ناهار و لیوان‌ها و بطری نوشابه را برداشتم و به آشپزخانه بردم و خودم را به جابه‌جا کردن چیزها مشغول کردم. حوری پیشم آمد و گفت:

- ناراحت شدی؟

- من اجازه نمیدم اون با من مثل ضبط صوت رفتار کنه.

دستم را گرفت و مرا به هال برد. جلو تلویزیون نشستیم و سرش را روی پایم گذاشت. موهایش را نوازش کردم و به فکر فرو رفتم. چرا مرضیه خانم این کار را کرده بود؟ حوری می‌گفت من تقریباً به راز تصادف شمال پی برده بودم و فکر می‌کردم آنها زنده‌اند. اگر چنین باشد، چرا هیچ احساس خاصی نداشتم و برای این که دنبال آنها بگردم، انگیزه‌ای در خودم حس نمی‌کردم. فیلم تمام شد. آهسته سر حوری را از روی پایم برداشتم و تلویزیون و ویدیو را خاموش کردم. پتویی هم آوردم و روی او کشیدم و به اتاق خودم رفتم. اعصابم متشنج بود. دلم می‌خواست فریاد بکشم. سراغ کیسهٔ داروها رفتم و یک ورق دیازپام پیدا کردم و پنج تایش را خوردم و روی تختم دراز کشیدم. هزار و یک فکر مغشوش در ذهنم رفت و آمد می‌کردند و من در حالتی بین خواب و بیداری بودم. گاهی مرضیه خانم را می‌دیدم که روبندهٔ عربی بسته و دارد حرف می‌زند ولی صدایش را نمی‌شنوم. گاهی دنبال جوانی می‌دویدم و وقتی که به او می‌رسیدم، می‌دیدم صورت ندارد. گاهی دکتر احمدی را می‌دیدم که سر در گوشم گذاشته بود و آهسته می‌گفت: اگه بتونی یه خورده از قهوهٔ مرضیه خانم رو برام بیاری، به نرگس میگم تو به دارو نیازی نداری. در این رؤیاها بودم که صدای نرگس را شنیدم:

- خوابیدی؟ فکر کردم منو صدا کردی.

با خستگی لای پلکم را باز کردم و گفتم:

- من اجازه نمیدم مرضیه خانم خاطرات منو پاک کنه.

- یه ربع پیش دکتر احمدی تلفن کرد. می‌گفت دربارهٔ مرضیه خانم تحقیق کرده. اگه این همون مرضیه خانم معروف باشه، خیلی خطرناکه چون دارای نیروی سیاهه و از تخریب شخصیت مردم لذت می‌بره. می‌گفت همهٔ انرژی درمان‌ها باهاش مخالفن البته این رو هم می‌گفت که تنها ایرانیه که عضو سندیکای پیشگوهای انگلستان شده.

با این که خواب آلود بودم، حواسم کار می‌کرد. با لحنی کشدار و سست گفتم:

- پس چرا دکتر احمدی اینا باهاش مخالفن؟

- چون خیلی پولداره و به سندیکا کلی کمک مالی کرده و سندیکا رو خریده... تو چرا صدات این طوری شده؟ مگه دارو خوردی؟

- آره. بذار بخوابم. فردا می‌خوام برم به جنگ مرضیه خانم. اون حق نداره خاطرات گذشتهٔ منو دستکاری کنه.

تقریباً با فریاد گفت:

- من دارم میگم خطرناکه تو میگی می‌خوای باهاش بجنگی؟ دیگه نباید بری پیش مرضیه خانم.

- بذار بخوابم.

پلکم را بستم و خوابم برد. تا فردا غروب، فقط یک بار بیدار شدم. نمی‌دانم کی بود. فقط یادم هست که شنیدم نرگس به مادرش می‌گفت: پنج تا خورده... طوریش نشه!

دوباره خوابم برد. وقتی که بیدار شدم، هوا داشت تاریک می‌شد. خمیازه‌ای کشیدم و روی تختم غلت زدم. چند دقیقه به همان حالت ماندم و حوری را صدا کردم. جواب نداد. بلند شدم و دنبالش گشتم. دیدم نیست. لباس‌هایش هم نبود. شاید با نرگس رفته بود بیرون. خیلی کسل بودم. خمیازه کشان به حمام رفتم و چند دقیقه زیر آب گرم ایستادم. حس کردم حالم بهتر شده. بیرون آمدم و خودم را خشک کردم. بعد بی این که فکر کنم چرا، لباس پوشیدم و از خانه بیرون رفتم. سوار صد و نود شدم و راه افتادم. حتی یک بار هم از خودم نپرسیدم کجا می‌روم و چرا می‌روم. آهسته و بی‌خیال رانندگی می‌کردم و از باران نرمی که می‌بارید، لذت می‌بردم. من داشتم به طرف میرداماد می‌رفتم. گویا یک نیروی مرموز مرا با خود به آن‌سو می‌کشاند.

ادامه دارد

برای فراگیری، وقت همین الان است و می گذرد

● دکتر شریعتی

شما هم ممکن است «آنفلونزا» را نوبر کنید

یک سرماخوردگی خطرناک در راه است

از: نرگس عرب

از قدیم گفته‌اند: سرماخوردگی را اگر درمان بکنید یک هفته طول می‌کشد، اگر درمان نکنید هفت روز!

این گفته هنوز هم به قوت خود باقی است اما... نکاتی وجود دارد که اگر شما بدانید هم شانس بیشتری برای عدم ابتلا به سرماخوردگی و آنفلونزا خواهید داشت و هم از این دو بیماری و عوارض آن پیشگیری خواهید کرد.

در واقع یک صبح سرد زمستانی، ابتدا با کمی ناخوشی شروع می‌شود، بعد درد در تمام بدن گسترش پیدا می‌کند، سردرد هم می‌گیریم و به دنبال آن احساس خشونت در گلو داریم و سرانجام ضعف و بی‌حالی چنان بر ما غلبه پیدا می‌کند که رختخواب را به همه چیز ترجیح می‌دهیم.

شاید امسال شما هم آنفلونزا را نوبر کنید، پس قبل از آن بهتر است که کمی با این بیماری آشنا شویم تا بهتر بتوانیم به جنگ آن برویم.

آنفلونزا چیست؟

آنفلونزا و عوارض آن سالانه باعث مرگ و میر هزاران نفر در سراسر جهان می‌شود ولی علی‌رغم سرمایه‌گذاریهای عظیم تحقیقاتی هنوز این بیماری کنترل نشده است، اگرچه امروزه واکسن‌هایی بر ضد آنفلونزا ساخته شده و در دسترس است ولی هرچند سال یک بار نوع جدیدی از آنفلونزا پیدا می‌شود و چنان به سرعت گسترش می‌یابد که قبل از هرگونه اقدامی موجب همه‌گیری جهانی شده و زندگی میلیونها نفر را به خطر می‌اندازد تا جایی که به‌طور متوسط هر ۱۵-۱۰ سال یک‌بار همه‌گیری جهانی آنفلونزا رخ داده و این بیماری تقریباً در هر زمستان با وسعت و شدتهای مختلفی شایع می‌شود.

> **ویژگی ویروس آنفلونزا این است که دائماً تغییر شکل می‌دهد و به همین دلیل است که ساخت واکسن برای آن آسان نیست**

آنفلونزا بیماری تنفسی حادی است که عامل ایجاد آن نیز ویروسی به همین نام بوده و در انواع A، B و C دسته‌بندی می‌شود. ویژگی ویروس آنفلونزا این است که دائماً تغییر شکل می‌دهد و به همین دلیل ساخت واکسن برای آن آسان نیست بخصوص هنگامی وضعیت خطرناک‌تر می‌شود که دو ویروس مختلف با یکدیگر ترکیب شده و نوع جدیدی را به‌وجود آورند که در این صورت به نام محلی که اولین بار در آنجا مشاهده شده‌اند، معروف می‌شوند. مانند: افغانی، چچنی و...

آیا سرماخوردگی همان آنفلونزا است؟

خیلی از مردم آنفلونزا و سرماخوردگی را به دلیل شباهتهایی که با یکدیگر دارند اشتباه می‌گیرند اما تفاوتهایی هم بین آنها وجود دارد. مثلاً در یک سرماخوردگی شما ممکن است احساس ناخوشی و خشونت در گلو داشته باشید و دچار آب‌ریزش یا گرفتگی بینی و همچنین سرفه شوید، درحالی که شایع‌ترین علائم آنفلونزا دوره‌ای تب و لرز شدید، سردرد، کوفتگی عضلات، ضعف و بی‌حالی بوده و مشخصه‌های معمول سرماخوردگی پس از فروکش کردن این علائم آشکار می‌شود.

درضمن آنفلونزا معمولاً برعکس سرماخوردگی، شروع ناگهانی دارد و علائم بیماری مثل تب، سردرد و درد عضلات به‌طور ناگهانی در فرد ایجاد می‌شود و پس از پنج یا شش روز بهبود می‌یابد ولی گاهی از اوقات هم سبب ایجاد عوارضی می‌شود که شایع‌ترین آنها عفونت ریه است، البته افراد دچار بیماریهای مزمن قلبی، عروقی و ریوی بیشتر مستعد ابتلا به این عارضه هستند.

آیا می‌شود از آنفلونزا پیشگیری کرد؟

روش عمده پیشگیری از آنفلونزا استفاده از واکسن است ولی همان طور که گفتیم این ویروس مرتب تغییر شکل می‌دهد و باید واکسن‌های جدید بر ضد آنفلونزا تولید شود. بنابراین واکسیناسیون در برابر آنفلونزا در افراد بزرگتر از شش ماه که در معرض خطر ابتلا به آنفلونزا هستند، اهمیت دارد، و به همین علت افراد مسن یا افرادی که سیستم ایمنی بدن آنها ضعیف است و همچنین مبتلایان به بیماریهای مزمن قلبی -عروقی، ریوی و... باید در اوایل پاییز یعنی قبل از شیوع آنفلونزا واکسن آن را دریافت نموده و به منظور حفظ ایمنی در برابر انواع جدید ویروس آنفلونزا هر سال تزریق واکسن را تکرار کنند.

راه‌حل درمان چیست؟

درواقع درمانهای مورد استفاده در آنفلونزا تنها به منظور بهبود علائم فرد کاربرد دارد و اکثر این افراد مبتلا به این بیماری ضمن استراحت باید به نکات زیر توجه نمایند:

◄استفاده از داروهایی نظیر «استامینوفن» برای کاهش تب، سردرد و درد عضلانی. البته باید توجه داشت که مصرف آسپرین در افراد زیر ۱۸ سال ممکن است منجر به اختلال عصبی شدید شود، بنابراین از مصرف آن در کودکان اجتناب کنید.

◄از آنجا که تب، باعث تعریق زیاد و خشک شدن آب بدن می‌شود، این بیماران باید آب، آب میوه و نوشیدنی‌های بیشتری دریافت کنند.

◄در مواردی که سرفه‌ها شدید و آزاردهنده هستند، مصرف دارو توصیه می‌شود. در ضمن استفاده از نوشیدنی‌های شیرین و گرم اثر بسیار خوبی دارد.

◄مصرف سیگار باعث بدتر شدن بیماری آنفلونزا می‌شود، بنابراین به افراد مبتلا به آنفلونزا توصیه می‌کنیم از محیط‌هایی که پر از دود سیگار است اجتناب کنند.

◄افرادی که دچار تب بالا و درد عضلانی می‌شوند باید در بستر استراحت کنند، این کار نه‌تنها سبب بهبود علائم آنها می‌شود، بلکه دیگران را نیز از انتشار نیافتن ویروس توسط فرد مطمئن می‌کند.

◄آنتی‌بیوتیک‌ها بر ضد ویروس آنفلونزا تأثیر ندارد، ولی برای درمان عوارض آنفلونزا مثل عفونت ریه به‌کار می‌رود.

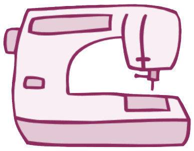
◄داروهای «آمانتادین» و «ریماانتادین» هم برضد ویروس آنفلونزا در دسترس است و در صورتی که طی ۴۸ ساعت اول پس از شروع بیماری مصرف شوند، طول دوره بیماری را کاهش می‌دهند. البته مصرف این داروها تنها با دستور پزشک مجاز است.

> **مصرف سیگار باعث بدتر شدن بیماری آنفلونزا می‌شود بنابراین در هنگام مبتلا شدن به آنفلونزا در محیط‌های پر از دود سیگار وارد نشوید**

نکته آخر اینکه خیلی از افراد فکر می‌کنند عامل ایجاد سرماخوردگی و آنفلونزا، سرما است ولی آزمایشاتی که بر روی انسانهای در معرض سرما انجام شده، نشان داده است که صرفاً آب و هوای سرد نمی‌تواند باعث سرماخوردگی و آنفلونزا شود، بنابراین یکی از دلایلی که در زمستان بیشتر دچار سرماخوردگی و آنفلونزا می‌شویم این است که در این فصل با گرم کردن زیاد اتاق باعث کاهش رطوبت اتاق می‌شویم که خشکی بینی و گلو می‌تواند اشخاص را مستعد عفونت نماید. علاوه بر این تغییر درجه حرارت موجب می‌شود فردی که حامل ویروس سرماخوردگی یا آنفلونزا است یا در معرض این ویروسها قرار گرفته مقاومتش کاهش یابد.

■

علم خیاطی به روش آسان



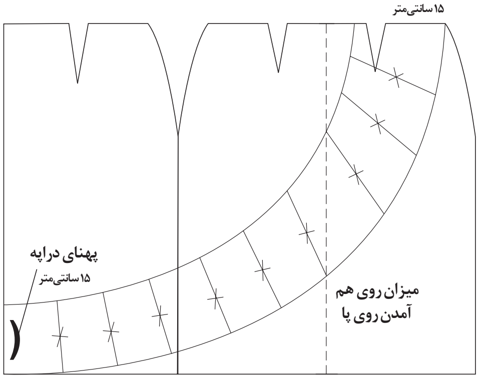
آموزش گام به گام

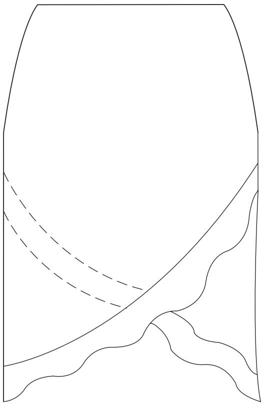
با سلام خدمت خوانندگان محترم و علاقه‌مندان به علم خیاطی و با آرزوی قبولی طاعات شما در ماه مبارک رمضان.

درپی طراحی و توزیع مبانی عملی در الگوی دامن لنگی در این جلسه به توضیح و تشریح مدلی از دامن لنگی برمبنای الگوی پایه دامن لنگی می‌پردازیم:

در مدل بالا همانطور که مشاهده می‌فرمایید لبه پایین دامن لنگی بصورت دراپه بوده و نیز پایین دامن حالت لاله به خود گرفته است. یعنی قد دامن از جلو تا قسمتی از روی پا بالا آمده و کوتاهتر شده است.

روی خط وسط پشت دامن ۱۵cm از پایین دامن بالا می‌رویم و به همین میزان از پهلوی دامن ۱۵cm به داخل کادر دامن داخل می آییم. در مرحله بعدی خط وسط جلوی دامن را مشخص می‌کنیم و میزان رویهم آمدن پای دامن را درنظر می‌گیریم. خطوط قرمز رنگ بالا حاشیه دراپه دامن را مشخص می‌کند. فلذا بایستی دقیقاً از نقطه رویهم آمدن پای دامن بگذرد. در مرحله بعدی حاشیه قرمز رنگ را از الگو جدا کرده و به ۱۲-۱۰ تکه تقسیم می‌کنیم و مابین آنها را اوزمانهای ۳-۵cm می‌دهیم. و بعد از برش به تنه اصلی وصل می‌کنیم. تا مدل نشان داده شده را به خود بگیرد.





همه مطالب این صفحه براساس تحقیق و تلاش ۱۵ ساله بر روی اندامهای خانمهای ایرانی در سایزبندی صورت گرفته است. هرگونه استفاده غیرمجاز خلاف قانون بوده و تحت پیگرد قرار می‌گیرد.

استاد راهنما: خانم فرحناز نقابت
گردآورنده: خانم مهنازسادات عرب‌عامری

معجزه گیاهان

لیلا زارع

پاسخ به نامه‌ها

◀خانم فرزانه جعفری از ساغران علیا

سلام عزیز من، انشاالله که خوب هستی. قبل از هر چیز باید بگویم من دست تمام روستائیان زحمت‌کش و فداکار را می‌بوسم و همیشه از خداوند منان آرزوی تندرستی و سلامت و عمری باعزت برای آن‌ها دارم و صدافسوس که خانواده‌ام از شهر نمی‌کنند وگرنه آرزوی دیرینه من هم زندگی در روستا با آن حس و حال باصفا است.

فرزانهٔ عزیزم ارسال کرم و یا ماسک برایم مقدور نیست، اما نامه‌ای برایت ارسال کرده‌ام که امیدوارم به زودی به دستت برسد و اگر برای تهیهٔ مواد با مشکل روبرو شدی با شماره تلفنی که در نامه ذکر شده تماس بگیر، البته اگر برایت مقدور است. از تو خواهش می‌کنم که این قدر حرص نخور و خودت را ناراحت و ذهنت را آشفته نکن در ضمن شما هم مثل دیگران بهتر است که از صابون لوکس یا هر صابون دیگری جز گیاهی استفاده نکنی و دیگر هم به سراغ پزشکهایی با ویزیت گران نرو که دچار چنین عاقبتی شوی کرم آردن را هم قطع کن و سر خود از هر کرمی استفاده نکن. اگر نامه‌ام به دست رسید مرا در جریان بگذار. موفق باشی

◀خانم ع - چ از اهواز:

نامهٔ پرمهرت به دستم رسید باور کن من هم خیلی دلم می‌خواهد شما را ببینم و برایت متقابلاً آرزوی خوشبختی و سعادت دارم. به زودی سفری به اهواز خواهم داشت و انشاالله به دیدار شما هم خواهم آمد - شاد باشی.

◀آقای عبدالواحد بلوچ شهرستان نیک‌شهر «هیتک»:

سلام برادر خوبم، امیدوارم خوب باشی و متشکر هستم از این که مطالب مرا از بهترین‌های مجله می‌دانی. اما اگر به پای غلو نمی‌گذاری، باید بگویم تمام مطالب مجلهٔ ما خوب و مفید است. ولی باز از لطفی که به من دارید تشکر می‌کنم و اما در مورد پاسخ سئوال‌های شما اول اینکه استفاده از صابون‌ها یا شامپوهای متفاوت شاید به دلیل سن پایین شما مشکلی ایجاد نکند. اما عواقب آن در آینده غیرقابل جبران است و من اول می‌گویم که از شامپو یا صابون خارجی استفاده نکن، چون لوسیونهای آن با پوست ما سازگاری ندارد و دوم یک شامپو و یک صابون را برای خود در نظر بگیر تا موها و پوست بدنت به آن عادت کند و سعی کن همیشه از آن استفاده کنی و بعد که پرسیده بودی آیا ورزش به زیبایی پوست کمک می‌کند، باید بگویم اگر این کار اصولی و با برنامه باشد بله بسیار تاءثیرگذار است ورزش اصولاً هم جسم و هم روح آدم را شاداب و سالم نگه می‌دارد.

◀آقای ذکریا آقابابایی از گلستان - گرگان

همکار خوب و پیشکسوتم سلام! در مورد سئوال شما باید بگویم آن غده‌های چربی کوچکی که گفتید، سلول مردهٔ بدن شما است که به علت کثرت زیاد چربی از کار افتاده و علت سئوال دوم شما هم می‌تواند رقیق شدن خون و کمبود آب بدن باشد که هیچ جای نگرانی ندارد. شما بهتر است صبح به صبح ۲ لیوان آب میل کنید تا بدن و پوستی سالم‌تر داشته باشید. در مورد میخک یا میخچه دستتان هم باید بگویم که اشتباه بزرگتان این است که با ناخن‌گیر به جان آنها افتاده‌اید. شما وقتی این کار را می‌کنید، باعث تحریک ریشهٔ آن می‌شوید و امکان دارد با سرایت آب آن به نقاط دیگر پوست میخچه‌ای تازه سبز شود. بنابراین بهتر است در موارد مشابه، پیاز را رنده کرده در ظرفی بریزید و چند دقیقه میخچه رادر آن ماساژ دهید سپس محل را خشک کنید و پودر «ریوندچینی» را در آب پنج دقیقه بجوشانید، بعد آن را از حرارت بردارید و مجدداً میخچه را در آن ماساژ دهید (به مدت ۲۰ دقیقه) این عمل رادر هفته ۳ بار انجام دهید تا ریشهٔ آن بخشکد اگر هم برایتان تهیهٔ ریوند مشکل است، نخ نازکی را بردارید و محکم به دور میخچه ببندید و مطمئن باشید که بعد از دو سه روز خودش می‌افتد.

نقطه‌های سر سیاه را هم می‌توانید با بخور بابونه از صورتتان خارج کنید.

◀آقای محسن ذوالفقاری از ساوه

ضمن سلام باید عرض کنم که دو نامهٔ همزمان از شما به دستم رسید. در نامهٔ دومتان گله کرده بودید که چرا دیر جواب‌گو هستم، باور کن مشغلهٔ کاری‌ام بسیار است و فرصت کمی دارم، ولی تا حد امکان سعی می‌کنم سریعتر جواب شما را بدهم و اما اول ممنون هستم که نوع موهایت را گفتی و انشاالله در فاصلهٔ بین جواب دادن من به شما مطالبی که برای مو چاپ شده را خوانده باشید و باز هم مطالبی جدید در این باره چاپ خواهیم کرد. در ضمن درباره شامپویی که گفته بودید باید عرض کنم، بهتر است شامپویی را انتخاب نمایید که از میزان اسید کمتری برخوردار باشد و بعد از دو یا سه هفته به موی سر شما بسازد و باعث ریزش نشود. در مورد شامپوی لومن هم که سؤال کرده بودید، شما به کاتالوگ آن اهمیتی ندهید. شامپوی لومن یا هر شامپوی خارجی دیگری مثل نیوا، لوکس، پانتن و... برای موی ما شرقی‌ها مناسب نیست، زیرا لوسیون‌های داخل شامپوهای خارجی برای موهای آنها مناسب است و با آب و هوا و نوع پوست ما نمی‌سازد. حال هفت ستاره یا سه ستاره باشد فرقی ندارد. در مورد سؤال دومت باید بگویم بله بنده ابتدا از تأثیر مثبت تمام مطالبی که در مجله چاپ می‌شود مطمئن می‌شوم بعد اطلاعات آن را خدمت شما عزیزان می‌گذارم. در پایان هم بهتر است متذکر شوم که همیشه جوانی، داشتن موی خوب، دندان سالم و همه و همه به اعصابی آرام بستگی دارد. راستی از تمبرهای بسیار زیبایت هم ممنون هستم.

نمی‌توان امید را محکوم کرد ● صادق هدایت

تماشاگه راز

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

گواه

شب است و شکوه دل‌انگیز ماه
که آرامشم می‌دهد تا پگاه
منم مانده در خلسه چشم تو
که افسونگری کرد با یک نگاه
به دادم برس مست و دیوانه‌ام
که آیم به دیوان تو عذر خواه
تو ای ساقی کوثر لم‌یزال
تو ای آشنا با نفس‌های چاه
چو لب تشنهٔ باده وحدتم
ببخشا مرا جرعه‌ای گاه‌گاه
مراد همه بی‌پناهان علی
مرید تو شد (زهره‌ی) بی‌پناه
چه زیباست همراه زهرای عشق
تو باشی به محشر گواهم گواه

زهرا ابوالحسنی

آبی‌ترین ستاره

کز کرده‌ام کنج اتاق
.با غمهایی
و دستهایی که گره خورده‌اند
به زانوان تنهایی
به سووشون دلم نشسته‌ام
.پروانه‌ای که عمری
زنده به گور است
میان پیله تن .
در فضا
صدای هق هقی می‌پیچد
و از پلک کبود نیمه‌باز پنجره
.رگه‌های نور می‌آویزد

o

راستی!
.ای غم
.ای همزاد لحظه‌های تنهایی‌ام
حرفی بزن!
بگو تا آبی‌ترین ستاره
چند جرعه راه است؟

امیر عارفی

غوغا

حلقه‌های زلف را وا می‌کنی
نرم نرمک در دلم جا می‌کنی
می‌رسی با کوله‌بار عاشقی
چشمه‌ای را باز دریا می‌کنی
باز می‌باری به روی دفترم
شعرهایم را چه زیبا می‌کنی
می‌ربایی صبر و آرام از دلم
پس صبوری را تمنا می‌کنی
این منم مجنون صحراگرد تو
تا که افسونهای لیلا می‌کنی
در دیار عاشقی دل می‌بری
در حریم عشق غوغا می‌کنی
نازنینا من به نازت زنده‌ام
تا به کی امروز و فردا می‌کنی؟
با شکرخند تو گل وا می‌شود
غنچهٔ لب کی ز هم وا می‌کنی؟
بلبل شیدا غزلخوان می‌شود
تا تو در گلشن تماشا می‌کنی
«کاویان» را می‌بری تا بیکران
شاعری را باز شیدا می‌کنی

رحیم کاویان شبستری

دو غزل از محسن چالاک ـ اهواز

چشم حقیقت

خود را به چشمهای حقیقت نشان بده
بنشین کنار پنجره دستی تکان بده
تا کی دلت به دور زمین چرخ می‌زند
دستی به بیکرانگی آسمان بده
سرشار از ترنم آواز بودنم
ای بغض راه آمد و شد را نشان بده
گاهی بخند پشت نفسگیر گریه‌هات
از نو دوباره وعدهٔ رنگین کمان بده
تا باورت کنند به رنجی که پیش روست
بنشین و در مقابل آیینه جان بده

حادثهٔ عشق

ای سرآغاز تو خورشید و سرانجام تو رود
هیچکس منتظر معجزه از عشق نبود
تو سراپایت از حادثهٔ عشق پر است
دیر می‌آیی و آهنگ سفر داری زود
پشت پرچین نگاه تو دلم می‌لرزید
دیدنی داشت تب زلزله در بینالود
چشم روی افق تازه‌تری بگشاییم
تا ببینیم تو را، جاری در بستر رود
خسته‌ام از تنش زندگی و مرگ، عزیز
بگریزیم از این حوصلهٔ گفت و شنود

دوره‌گرد

من دوره‌گردی پیرم و خُم می‌فروشم
من سیر سیرم، نان گندم می‌فروشم
آری اهالی، باز هم با نرخ پایین
لبخندهای دست دوم می‌فروشم
با خورجینی از خدا، بر پشت هر روز
انبوه شیطانهای بی‌دم می‌فروشم
از شعله چشم شماها گُر گرفتم
آتش خریدارم و هیزم می‌فروشم
من خوشه‌چین دردهایم آی مردم
اندوه می‌چینم، تبسم می‌فروشم
غم واژه‌ها را از نگاه من بچینید
من شاعری گُنگم، تکلم می‌فروشم
یا ساده‌لوحی عاشقم، کز خاک این شهر
بر مردم کافر، تیمم می‌فروشم
قربانی یک تب و یک هذیان تلخم
وقتی بهشتم را به گندم می‌فروشم
برروح من ،یک ذره آرامش بپاشید
من در عوض مشتی تلاطم می‌فروشم

□□

دیوانه‌ای کور، این طرفها جار می‌زد
من چشمهایم را، به مردم می‌فروشم

سمیرا جبارنژاد ـ سراب

آرامش

آرامشم از سایه‌سار
چتر سبز دست‌های توست.
آندم که در چشمانت
آن دو برکه ساکت
به تماشای آفتاب می‌نشینم.

○

من سبز می‌شوم
و تو پیراهنی از نور به تن می‌کنی

○

مدادی سیاه برمی‌دارم
آبی آسمان
چند لکه ابر کم دارد

...از اینجا
تا دنیای رؤیاها فاصله‌ای نیست
خدا را خواهیم بوسید.

فریبا وظیفه آزاد ـ سراب

دو شعر از رضوان ابوترابی (حسرت)

کلاف ابرها

جرعه جرعه آب می‌نوشد ماه
از گوشه حوض.
و جرعه جرعه ستارگان
از شاخه‌های درخت
می‌ریزد
[خدای من، چه مظلومان کوچکی]

□

برخیزیم
و کلاف گره خورده ابرهای خاکستری را
باز کنیم از سرانگشتان درخت
دستمالت را ...
که به شیشه‌های پنجره بکش.
آسمان آبی می‌شود.

ناگهان

ناگهان فرو ریختم
«چون آواری درون خودم»
مبهوت، میان گرد و غبار کوچه‌هایی
که یک روز.
کودکیم را به آنها سپردم

□

اینک من
و خیل کسانی بی‌باور
و طعم تلخ تنهایی.

□

گمشده‌ام را خواهم یافت
اگر.
آینه.
به دیدن خویش راهم دهد

جوانه‌های ادبی

◆**لیدا قلی‌پور ـ مهرشهر**

سروده‌های شما پیوسته به دستم می‌رسد. اگر بیشتر وقت خود را صرف مطالعه کنید مسلماً پیشرفتتان محسوس‌تر خواهد بود. سروده «عاشق بارانم» به نثر ـ آن هم یک نثر معمولی ـ شبیه است:

عاشق بارانم
عاشق سبزه و درخت
عاشق جوی روان
خدا را دوست دارم
باران را دوست دارم
پدربزرگ خودش خوب می‌داند
من عاشق پرتقالهای نرسیده باغم

◆**فاطمه خرده‌گیر ـ تهران**

رگه‌های درخشانی از ذوق و استعداد در سروده‌تان به چشم می‌خورد. به امید دریافت آثار بهترتان بخشی از آن را می‌خوانیم:

واژه‌ها می‌فهمند چقدر تنهایم
وقتی تو
استعاره‌های غربت مرا نمی‌بینی

◆**درویش علی کاوه‌ای ـ نورآباد دلفان**

سروده شما دچار اشکال وزنی است و به شعار نزدیک شده است، گاهی هم نامفهوم است:

در این عرصه دنیا هماهنگ شد
همه دستشان را به خون رنگ شد
صدام را به دستور آراستی
اسامه نکرد آنچه می‌خواستی
هم از طالبان پوزه خورده به خاک
چنین است فرجام نقش سفاک...

نامه‌هایتان را خواندم. منتظر آثار بهترتان می‌مانم:

سعید جعفری، آمل ـ رضا آدینه، ایلام ـ مصطفی کاظمی، تهران ـ مهران شریفیان، ساری ـ محمد ولی‌بیگی، شیراز ـ توحید کریمی، تهران ـ مهناز شرفی، اصفهان ـ محمودرضا کرامتی، کرج ـ مسعود فرصت، تهران ـ علیرضا قدیم‌زاده، رودسر ـ فریناز پاوه‌ای، پاوه.

عاشقی

به قلبم عاشقی را یاد دادم
به دستش تیشهٔ فرهاد دادم
به غیر از عشق شیرین در وجودم
هرآنچه بود را برباد دادم

هوشنگ انصاری »پویا« ـ تهران

به دنبال تو

اگر می‌خواهی به خانه بروی
به جویبار نگاه مکن
جویبار
به سمت دریا جاری می‌شود

○

من می‌خواهم
به دنبال تو بیایم

خسرو واحد رسولی

گفتگو

نوشتم «سلام»
و این سرآغاز شیرینی شد برای گفتگو
گفتی گاه بی‌اجازه می‌آید
بی‌خداحافظی می‌رود.
و من لبخندی زدم
که تو چقدر ساده و پاک اندیشی
و تو گفتی:
سادگی خصلت آینه است.،
و پاکی همزاد باران
و به‌راستی که تو،
باران اشکهای مرا در آینه بهانه‌ای.

زهرا چراغیان ـ بردسکن

و همه می دانیم ریه‌های لذت، پر اکسیژن مرگ است

●سهراب سپهری

در قلمرو داستان

فانتزی خوانندگان

خرناز

نوشته: آرزو جوهری ـ از آستارا

خرناز مشهدی صفدر خر بود، خری بود که زبانم لال از صدتا آدم هم فهمیده‌تر بود. وقتی از کنار آدم رد می‌شد دمش را تکان می‌داد و یا با آن صدای ناهنجار دورگه‌اش عرعر می‌کرد، خر مشهدی صفدر را همه دوست داشتند. وقتی با آن چشمهای درشت و سیاه مدل خری‌اش به آدم نگاه می‌کرد آدم یک دل که نه صد دل عاشقش می‌شد. مشهدی صفدر از زن و بچه‌اش بیشتر خرناز را دوست داشت. حتی با او درددل می‌کرد و البته گاهی حسادتهای فخری خانم را هم به دنبال داشت که با نیش و کنایه می‌گفت: «واالله این جورش هم نوبره، زن گرفته تا محرم رازش باشه، ولی خر شده همدم و مونس اش!!»

ولی گوش مشهدی صفدر یکی اش در بود و یکی اش دروازه، این حرفها نه‌تنها در رابطه‌اش با خر کم نکرد بلکه روزبه‌روز نسبت به هم مهربانتر می‌شدند و دور از جون شده بودند لیلی و مجنون!! اگر خرناز تب می‌کرد مشهدی صفدر چند روز لب به آب و غذا نمی‌زد.

آخر کلام این که واسه‌ی خرناز تب می‌کرد! قصه‌ی مشهدی صفدر و خرناز شده بود حکایت روز و تکیه کلام اهالی ده و همه‌ی اهالی از آن دو به عنوان یک زوج جدانشدنی یاد می‌کردند!! ولی انگار روزگار نخواست این دوستی زیاد ادامه پیدا کند، چون که رقیب تازه‌ای برای مشهدی صفدر پیدا شد.

چند روز می‌شد مشهدی غلام خر جوان و رعنایی!! را از یکی از دهکده‌های پایین خریده بود، مشهدی صفدر هم که دوست صمیمی و قدیمی مشهدی غلام محسوب می‌شد، هرچند وقت یکبار به او سر می‌زد و با هم ساعتها گپ می‌زدند این فرصت، فرصت خوبی بود که خرناز با خرغلام آشنا شود و آنها هم به مدل خودشان گل بگند و عشوه و نازهای عاشقانه و خرکی تحویل هم بدهند!

بیچاره مشهدی صفدر هم که زبان خری حالی اش نمی‌شد، والا هرچه زودتر جلوی این عشق و عاشقی را می‌گرفت تا از فاجعه‌ای که می‌توانست بعدها موجب شکستن قلب یک عاشق سینه چاک بشود جلوگیری شود!

البته خرناز هم خرناز سابق نبود! حالا دیگر در مقابل مهر و محبت مشهدی صفدر کم اعتنایی می‌کرد و مشهدی صفدر هم تمامی بی‌مهری‌های خرناز را به جان می‌خرید و فکر می‌کرد به خاطر کم لطفی‌های خودش به خرناز است که جناب معشوق آزرده خاطر شده‌اند.

خلاصه روزهای خوش خرناز و خر جوان سپری می‌شد تا این که یکروز مشهدی غلام خر رعنا را برای کار کردن در آسیابی که در خارج از آبادی بود برد و دیگر دیدارهای خرناز و خر جوان امکان‌پذیر نبود! چرا که خر جوان در اصطبلی که در آسیاب دور از آبادی بود می‌ماند. خرناز هم چه اشکهایی که در تنهایی خود از سر دلتنگی برای فراق یار نمی‌ریخت! حتی لب به آب و غذا نمی‌زد و روزبه‌روز نحیف و نزار می‌شد مشهدی صفدر هم خودش را

به آب و آتش می‌زد؛ به غذای خرناز می‌رسید و با او مهربانتر شده بود، ولی خرناز روزبه‌روز مردنی می‌شد و زیر چشمان شهلایش به گود نشسته بود، تا این که در یک ظهر داغ تابستانی که آفتاب سوزان مجوز خروج از پناهگاه را به هیچ جنبنده‌ای نمی‌داد، در انتهای مزرعه مشهدی صفدر، در نزدیکی‌های طویله سایه‌ی خر جوانی دیده می‌شد که با یک عرعر کوتاه سرش را از پنجره‌ی کوچک به داخل انداخت، خرناز که دیگر دیدار دوباره خر جوان را محال می‌دانست و در گوشه‌ای کز کرده بود، وقتی دوباره صدای عرعر خر غلام را شنید به بدن لاغر و ضعیف خود تکان کوچکی داد و چند قدمی به جلو رفت که با دیدن خر جوان حالا اشک نریز و کی بریز! معلوم نبود خر رعنا چی عرعر می‌کرد که خرناز به طرفش رفت و هر دو دوشادوش هم از طویله بعد هم از مزرعه خارج شدند.

○

اشعه‌های تابناک خورشید کم‌رنگتر می‌شد که مشهدی صفدر برای سر زدن به یار دلبندش وارد طویله شد، ولی وقتی صدایی از خرناز نشنید به گمان این که خدای ناکرده بلایی سر خرنازش آمده با دلهره و اضطراب قدمهایش را تند کرد ولی وقتی اثری از خرناز ندید مشهدی صفدر عینهو شوک‌زده‌ها به جای خالی خرناز چشم دوخته بود که به‌طور ناگهانی فریادی از گلویش بلند شد که عیال و بچه‌هاش با صدای او دوان دوان به بالای سر او آمدند و مشهدی صفدر که انگار تازه متوجه غیبت خرناز شده بود، با هر دو دست محکم به سرش می‌کوبید: «بدبخت شدم، بیچاره شدم، خرم، خرنازم را دزدیدند!»

در همین حال مشهدی غلام که معلوم بود مسافت زیادی را دویده نفس نفس‌زنان داخل طویله شد و با ضجه و ناله گفت: صفدر دیدی چه بلایی سرم آمد، خرم را دزدیدند، می‌دانم چی‌کار کنم اگر آن دزد نابه‌کار را پیدا کنم چه بلایی سرش بیآورم!! مشهدی صفدر که داغ دلش تازه شده بود گفت: مشهدی چی می‌گی خرناز مرا هم دزدیدند! مشهدی غلام با چشمانی از حدقه درآمده فریاد زد: «فاجعه است هرکی خرناز و خر جوان ما را دزدیده، ناشی نبوده و حساب کرده که...» در همین حین بود که ناگهان صدای ابوذر از بیرون طویله به گوش می‌رسید: «مشهدی صفدر کجایی؟» مشهدی صفدر خوشحال از این که حتماً خرش برگشته، سریع به بیرون طویله دوید و به دنبال او مشهدی غلام و عیال از طویله خارج شدند، ابوذر که چوبدستی چوپانی در دستانش بود، باهیجان و درحالی که می‌خواست ماجرا را باکمی آب و تاب تعریف کند آب دهانش را قورت داد و گفت: «من گوسفندها را از تپه به پایین می‌آوردم که از بالای تپه چشمهام به چیزی افتاد که کم مانده شاخ دربیآرم، خرناز و خر مش غلام یورتمه زنان به طرف جاده‌ی شهر می‌رفتند!!»

مشهدی صفدر که کارد می‌زدی خون ازش درنمی‌آمد فریادزنان گفت: «دیدی غلام، دیدی با آن خر رشید جوانت چه بلایی به سر من آوردی! خرنازم هوایی شد و حالا هم فرار کرده!!» بعد مثل این که چیز تازه‌ای به یادش بیاید گفت: من گفتم که چرا این خر روزبه‌روز لاغرتر می‌شود، بگو عاشق شده! عاشق کی، عاشق یک خر گوش دراز!

فخری خانم که تا آن لحظه ساکت ایستاده بود گفت: مشهدی صفدر این هم از خرناز بی‌وفات، حالا بجای خر، برو با در و دیوار طویله‌ات درددل کن!

مشهدی صفدر که هنوز از شوک فرار «خرناز» خلاص نشده بود، در یک لحظه انگار خون به مغزش نرسید و درحالی که چوبدستی ابوذر را از او می‌گرفت رو به فخری کرد و گفت: «ای زن بدذات... تو از اون اول هم به این «خرناز»، با چشم یک هوو نگاه می‌کردی... پس مطمئنم که خود تو ترتیب فرار «خرناز» من و «خر غلام» را داده‌ای... حالا تکلیفت‌رو روشن می‌کنم...» مشهدی صفدر این را گفت و خواست با چوبدستی به جان زنش بیفتد که مشهدی غلام و ابوذر نگذاشتند، اما در همان لحظه «مشهدی صفدر» رو به زنش کرد و گفت: «گوش کن فخری، از امروز تا زمانی که «خرناز» من برگرده، من دیگه یک کلمه هم با تو حرف نمی‌زنم...

و حالا دو سالی است که مشهدی صفدر بخاطر خرنازش، با زنش قهر کرده و حتی یک کلمه هم با او حرف نمی‌زند!

■

افطاری

نوشته: تکتم خالق‌زاده مشهدی ـ از بندرعباس

در هال به شدت باز شد و مادر با چنان خشمی به طرف پدر که درحال چرت زدن بود رفت و محکم کوبید توی سرش که برق از چشمان پدر پرید. پدر با خماری هرچه تمامتر گفت:

ـ باز چه مرگته زن. هار شدی.

ـ آره هار شدم. تو باید توی خانه بتمرگی و من با این حال و روزم و با این وبال گردن برم کار کنم و بدم به تو تا دود کنی بره هوا.

ـ گیر نده زن بگذار این دوتا دودرو راحت صفا کنیم!

مادر با لگد محکم زد زیر منقل که تمام زغالها روی فرش پخش شد و بوی پشم تمام اتاق را گرفت. پدر به سرعت زغالها را جمع می‌کرد و انگشتانش را با آب دهانش خیس می‌کرد و به لبانش می‌مالید، و بعد دوباره وافور به دست نشست پای منقل و...

مادر صدایم کرد. رفتم توی آشپزخانه و دیدم سفره پهن است و مادر درحال پوست کردن سیب زمینی‌های آبپز است. نمک و نعنا هم در وسط سفره خودنمایی می‌کردند. سفره از نان خالی بود. مادر دوباره با همان سرعت از توی قابلمه دیگه‌ای چند تا نان خشک درآورد و به میان سفره گذاشت. وقتی دید به سفره خیره شده‌ام گفت:

ـ چیه؟ منتظر لنگ مرغ و راسته گوسفندی که افطار کنی؟ چند دقیقه منتظر باش، الان کباب‌هایی که بابات داره می‌پزه خواهد رسید؟!

■

چهار داستان کوتاه از حسن مقدسیان ـ آموزگار از ملایر

مرد زندگی

تازه عروس و داماد، خندان پله‌های پارک را بالا رفتند و روی نیمکتی نشستند.

زن، سینه‌اش را صاف کرد و:

همانطور که گفتم، در زندگی از تو یک چیز می‌خواهم مرد زندگی باشی، روی پای خودت بایستی و دست و پا چلفتی نباشی.

مرد، همان‌طور که سرش را تکان می‌داد، بلند شد و از جوی آب پرید و از پسرک بستنی‌فروش، بستنی خرید و خندان بطرف همسرش رفت. در یک لحظه، پایش لغزید و درون جوی آب افتاد. بلند شد و بدون توجه به خنده‌ی مردم، به صورت اخم‌آلود همسرش که از آنجا دور می‌شد، خیره شد. سریع، دوتا بستنی خرید و بطرف او دوید، تا ثابت کند که همیشه دست و پا چلفتی نیست.

■

آخرین بوق

ماشین هر چند دقیقه یکبار توقف می‌کرد و فردی درحالی که کاغذی در دست داشت، پکر و ناراحت پیاده می‌شد و غرولندکنان دور می‌شد. مرد جوان، کنار سرهنگ نشست و ماشین را به حرکت درآورد و نزدیک بیمارستان توقف کرد. سرهنگ، لبخندی زد و: آفرین! برخلاف همیشه این‌بار روسفید شدی. مرد جوان از خوشحالی دستش را روی بوق فشرد. سرهنگ، اخم‌آلود دست او را گرفت و کاغذ را به دستش داد و غرولند کرد: مردود شدی، نباید جلوی بیمارستان بوق می‌زدی. مرد جوان، به صورت خندان دوستش خیره شد و از ماشین پیاده شد. دندانش را به هم فشرد و پایش را محکم به سنگی کوبید و بعد، لنگان داخل بیمارستان شد.

■

خنده

مدیر دبستان، اخم‌آلود به معلمان که هرکدام نوار ضبط صوتی در دست داشتند و درحال نجوا کردن بودند، خیره شد.

چشمانش را به یکی از معلمان دوخت و لبخندی زد و نجوا کرد: آقای اکبری، نوار شما مقداری کهنه شده؟

آقای اکبری: در طول سال از نوار زیاد استفاده شده، برای همین کمی... یکی از معلمان حرف او را برید و زمزمه کرد: آدم باید کمی نظم داشته باشه...

در یک لحظه، صدای خنده معلمان، فضای دفتر را دربر گرفت.

مدیر، خندان به طرف آنها به حرکت درآمد و نوارها را یکی یکی از دست آنها گرفت. پلاستیک روی نوارها را که پلمب شده باقی مانده و باز نشده بود، کند.

حالا صدای خنده مدیر و آقای اکبری به‌گوش می‌رسید و بقیه، نوارها را برداشتند و سریع دفتر را ترک کردند.

■

موش و کفش

خانواده‌ها، زیر سایه درختان نشسته و مشغول غذا خوردن بودند. موشی، از لابه‌لای علفها بیرون آمد و به طرف تکه نانی رفت. زنها سروصداکنان از سر سفره بلند شده و به او خیره شدند. یکی از مردها، خطاب به زنان گفت: بنشینید غذایتان را بخورید، نان را برمی‌دارد و می‌رود. زنها که نشستند، موش، نان را به دندان گرفت و آهسته به حرکت درآمد. در یک لحظه، زنها، هرکدام لنگه کفشی برداشتند و به طرف او هجوم آوردند و هرکدام ضربه‌ای به او زدند و به موش خون‌آلود خیره شدند و صدای خنده آنها فضای اطراف را دربر گرفت.

■

فینال

نوشته: داوود ملااسماعیلی ـ ۱۶ ساله از اندیشه

مسابقه فینال بود و پراسترس و دلهره. با اینحال دوستام پشتم بودند و مثل شیر بهم روحیه می‌دادن و تشویقم می‌کردند. راند اول که تموم شد هنوز امتیازی رد و بدل نشده بود. تا اینکه با شروع راند دوم و با تغییر سیستم تونستم با ۲ پوئن از حریفم جلو بیفتم. حالا دیدار حساس شده بود و جذاب. در این لحظات که بازی به اوجش رسیده بود و روال پرتب و تابش را طی می‌کرد ناگهان صدای صاحب مغازه بلند شد که می‌گفت: پسرجون پاشو وقت آتاریت تموم شده.

■

ستاره ـ ش ـ از تبریز

«سیگار» شما را دیدم؛ به یاد دارم در آخرین پاسخی که برای شما در همین ستون «پاسخ ما...» نوشتم، یادآور شدم که برای موفقیت باید مطالعه داستان را جدی بگیری، در غیر این صورت درجا خواهی زد! و اما حالا با خواندن «سیگار» باز هم همان پاسخ را می‌دهم!

غلامرضا قاسمی ـ ۲۲ ساله از شهرستان مومیان

۳ داستان «کوتاه کوتاه کوتاهت» به دستم رسید، قشنگ بود و هر سه چاپ خواهد شد. و اما یک توصیه برادرانه برایت دارم که مربوط می‌شود به نامه و مقدمه داستانهایت؛ برادر عزیز، فانتزی نوشتن و طناز نوشتن، خیلی تفاوت دارد با «بی‌احترام نوشتن»! اگر منظورم را متوجه نشدی، یکمرتبه چرکنویس نامه خودت را مطالعه کن تا متوجه شوی!

محسن ـ الف، از گرگان

نه عزیزم، دل نگران نباش، زیرا استعداد قصه‌نویسی را داری، لااقل نثر خوب و پخته و شسته رفته‌ای داری، اما برای اینکه موفق شوی، باید آثار نویسندگان وطنی را مطالعه کنی [بگذار طبق فرمایش «آقای جامی» از چند نویسنده ایرانی برایت نام ببرم] آثار محمود دولت‌آبادی، کتابهای احمد محمود، قصه‌های جلال آل‌احمد، آثار صادق چوبک، داستانهای بانو سیمین دانشور و قصه‌های صادق هدایت و... اینها می‌توانند شما را با فضای داستانی آشنا کنند. بزرگترین ضعف قصه‌های تو اما، فقط این است که در داستانهایت «گره‌افکنی» نداری!

فرشته عموزاده ـ از تهران

داستان «قصه زندگی» شما بخاطر سوژه تکراری‌اش کنار گذاشته شد. و اما بعد؛ به جان مادرم من بخاطر ندارم که تا به‌حال برای کسی در این ستون نوشته باشم که حاضرم داستان دویست، سیصد صفحه‌ای‌تان را بخوانم و نظر بدهم، که دومی‌اش شما باشید! حال چه رسد به اینکه طبق درخواست شما، قرار باشد داستانهای بلندتان را بخوانم و بعد هم آنها را برایتان پست کنم!! قطعاً اشتباهی رخ داده! در هر صورت بنده برای بررسی «داستان‌های کوتاه کوتاه» شما در خدمت هستم.

اکرم صفر کاوسی ـ از تنکابن

اینکه یک نویسنده اتفاقات روزمره و پیرامون زندگی‌اش را به عنوان قصه بنویسد، هیچ ایرادی ندارد، اما هنر یک نویسنده این است که همان اتفاقات عادی را با کمی خلاقیت، تبدیل به ماجرایی جذاب بکند؛ «مادر» شما کاری تکراری بود، اما اگر کمی نوآوری کرده بودی، مشکل حل می‌شد.

علی کلانی ـ از تهران

حالت خوب است علی‌آقا؟ همانطور که شما اعتراف کردید که از «داستان» چیزی سر درنمی‌آورید، من هم اعتراف می‌کنم که از «فیلم‌های هندی» چیزی سر درنمی‌آورم!! لذا؛ نمی‌دانم، شاید حق با شما باشد!

■

سعی کن در هر کاری که انجام می‌دهی، بهترین باشی

امیر پرندک

مشکلات رامهرمز را حل کنید

افزایش جمعیت رامهرمز، مشکلاتی را پدید آورده است. متاءسفانه امکانات لازم برای رفع این مشکلات وجود ندارد و مسوولان امر هم کم‌لطفی می‌کنند. اگر در حل و رفع مشکلات اقدام نشود، دیگر مشکلات هم از راه رسیده و بر آنها افزون می‌شود. آنگاه برای حل آنها بایستی هزینه بیشتری صرف شود.

یکی از این مشکلات، مربوط به ترافیک شهری است. خیابان ولی‌عصر رامهرمز از جمله خیابانهای اصلی‌شهر و محل رفت و آمد اکثر شهروندان و روستاییان است. از بدو احداث این خیابان که حدود ۴۰ سال می‌گذرد، متاءسفانه به‌جز چند مورد پر کردن چاله‌های ایجاد شده، طی مرور زمان هیچ‌گونه اقدام اصلاحی صورت نگرفته و به قول معروف کوچه همان کوچه، شهر همان شهر است.

اخیراً این خیابان محل ایستگاه تاکسی‌های شهر شده، به‌طوری که حدود یک‌چهارم از ابتدای خیابان که مرکز تجاری شهری است به وسیله تاکسی‌هایی که در مسیر خیابان ولی‌عصر به فعالیت مشغول‌اند، اشغال شده است. اینکه این عمل چه مشکلاتی را به‌بار آورده، قابل نوشتن و گفتن نیست و احتیاج به دیدن دارد!

ما عده‌ای از اهالی خیابان ولی‌عصر از شما عاجزانه تقاضا داریم صدایمان را به گوش مسوولان ذیربط برسانید، شاید آنها به دلیل کار زیاد و گرفتاریهای روزمره و مسائلی از این قبیل متوجه وضع نابسامان این خیابان نیستند!

بدون شک مسوولان می‌توانند در این راه چاره‌هایی بیندیشند، چون به قول معروف مشکلی نیست که آسان نشود.

یوسفی ـ خبرنگار اطلاعات هفتگی ـ رامهرمز

کمی هم به فکر مردم باشید

در ماه مبارک رمضان، مصرف شیر هم ضروری است و هم افزایش می‌یابد. متاءسفانه در این ایام، مردم برای تهیه شیر دچار مشکل می‌شوند. یکی، دو هفته مانده به ماه مبارک رمضان سهمیه شیر به‌خصوص یارانه‌ای آن را کم می‌کنند. با توجه به اینکه هر سال دو بار قیمت شیر را افزایش می‌دهند، اما از عرضه فراوان آن خبری نیست.

سؤال این است، چرا مردم بخصوص کسانی که از درآمد ثابت برخوردارند بایستی در تهیه شیر دچار مشکل باشند. آن وقت تولیدکنندگان شیر تنها به پر کردن جیب خود و سودجویی فکر می‌کنند؟ در این میان بعضی از مغازه‌داران نیز سهمیه شیر خود را آزاد و گران می‌فروشند.

چه اشکالی دارد مسوولان کمی هم به فکر مردم باشند!

گلستان ـ ذکریا آقابابایی

آب اردبیل خوب نیست

مردم شهر اردبیل از آب آشامیدنی ناراضی هستند. وقتی شیر آب را باز می‌کنند، ابتدا آب همراه با آهک می‌آید و بعد از مدتی گل‌آلود می‌شود. این آب باعث سنگ کلیه و مرضهای دیگر می‌شود.

بیشتر مردم اردبیل دچار مشکلات کلیوی هستند و عامل اصلی آن همین کیفیت بد آب است.

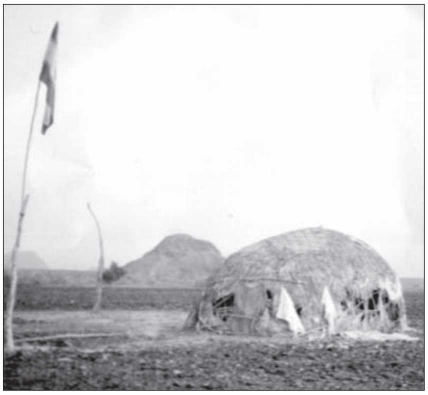
از شهردار محترم اردبیل و شرکت آب و فاضلاب تقاضا داریم برای سلامتی مردم این شهر به کیفیت آب بیفزایند.

گرامی و باقری

مدارس کپری همچنان پابرجایند!

یکی از شعارهایی که به وفور شنیده می‌شود، شعار جمع کردن مدارس کپری است. متأسفانه این تصمیم چند سالی است که در حد شعار باقی مانده و در این جهت هیچ اقدام اساسی صورت نگرفته است.

عکسی که مشاهده می‌کنید یکی از مدارس کپری شهرستان نیک‌شهر روستای چاه‌علی چاریدان از توابع استان سیستان و بلوچستان است.



دانش‌آموزانی که در این مدارس درس می‌خوانند، در آینده می‌خواهند این جامعه را اداره کنند. آیا واقعاً تنها تهرانی‌ها باید امکانات داشته باشند؟!

کوهبنان در مقابل زلزله آسیب‌پذیر است

بدون شک زلزله یکی از مخربترین و وحشتناک‌ترین پدیده‌های طبیعی است که می‌تواند خسارات جانی و مالی بسیاری به‌بار آورد.

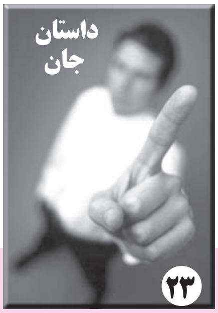
کوهبنان یکی از شهرهای قدیمی استان کرمان بر روی گسلی با راستای غربی ـ جنوب شرقی واقع شده است. کارشناسان طول این گسل را سیصد کیلومتر برآورد کرده‌اند، که مکانیسم آن فشاری با شیب به‌سوی شمال شرقی است.

بدون تردید گسل کوهبنان یکی از لرزه‌خیزترین گسل‌ها در استان کرمان است، چون هر ساله زمین لرزه‌های متعددی (با ریشتر کم) این شهر تاریخی را به لرزه درمی‌آورد.

با توجه به اینکه همیشه پیشگیری بهتر از درمان است و جلوگیری از وقوع زلزله ممکن نیست، از مسوولان مربوطه خواهشمندیم برای ملزم ساختن مردم به ساختمان‌سازی براساس اصول فنی و معیارهای علمی، آموزش مردم با نحوه امدادرسانی و برگزاری برنامه‌های آموزشی درباره زلزله در مدارس، استحکام بیمارستانها و مراکز درمانی، احداث باند فرود بالگرد و تقویت دکل و آنتن تلفن همراه برای اطلاع‌رسانی سریع، ترتیبی اتخاذ نمایند تا در صورت وقوع زمین لرزه قوی در کوهبنان، خسارات ناشی از آن به حداقل برسد.

کوهبنان ـ محمود جعفری خبرنگار اطلاعات هفتگی

قلب و عروق



از: تورج حسینی منجزی

منظور از قلب مجموعه، سازمانی از شخصیت ماست که وظیفه ساخت احساسات را بر عهده دارد و منظور از عقل، مجموعه سازمانی از جان و شخصیت ماست که کارهای عقلانی ما را بر عهده دارد. در خود دروغین قلب و عقل مدام در کار هم دخالت میکنند و ذهن که وظیفه تعقل را بر عهده دارد همان طو رکه پیش از این خواندیم با توجیه خود دروغین و پس از آن نیاز به تایید حسهای منفی بسیاری تولید می کند. زیرا که قلب حقیقی قادر به ساختن هیچ حس منفی نیست. و همان طور که پیش از این خوانده ایم تمام آنها را ذهن تولید کرده و به قلب تحمیل می کند و حتی بر بسیاری از حسهای مثبت چون عشق، بخشندگی و ... و نیز قید تعقل می زند و این گونه هویت حقیقی آنها را از آنان می ستاند تصور کنید عشقی را که به خاطر حساب دو دو تا چهار تا بوجود آمده است و از آن سو قلب دروغین نیز با ساختن هزاران حس چون ترس، طمع، حسد، خشم، نفرت، هیجانات آنی و ... مدام در مسیر عقلانی عقل دخالت می کند و به آن خط می دهد و مانع از حرکت آرام و مداوم شخص در مسیر عقلانی می گردد شخص می خواهد کاری کند، تجارتی کند، کار اجتماعی انجام دهد، یا ... اما مدام این حس ها به او نیش می زنند و تحقق خواسته خود را به او اجبار می کنند و خود دروغین نیز در نهایت تسلیم آنان می شود وبه جای پیگیری مسیر عقلانی حقیقی خویش زمام امور را به یکی از این حسها که در قالب خود چون خود ترسو، خود طمع کار، خود حسود یا خشمگین و یا ... که در جایگاه خود حاکم قرار گرفته می سپارد.

در صورتی که در خود حقیقت ذهن در یک فضای آرام مشغول به وظیفه خویش یعنی تعقل و پی گیری مسیر عقلانی خویش است. بدون اینکه هر دم یک ارباب به او هی بزند.

و قلب نیز بدون هیچ گونه دخالتی از طرف هیچ وجود خارجی احساسات زلال، حقیقی و پاک خویش را تولید می نماید. و وجود شخص را تلطیف می کند.

در خود حقیقی گر چه قلب و عقل هیچ گونه دخالتی در کار هم نمی نمایند ولی دایما در حال خدمت به دیگری هستند.

عقل با فراهم آوردن شرایط عقلانی، زمینه پایداری عشق خود را فراهم می کند و یا شخصی که مقداری پول دارد به جای یک باره همه آن ها را بخشیدن با در پیش گرفتن یک مسیر عقلانی و استفاده صحیح از آن پولها در کار، همیشه و همیشه مقداری پول برای بخشیدن دارد از آن سو قلب نیز با تلطیف روح و روان شخص و ایجاد شور و حال، محیط را برای تداوم حرکت شخص در مسیر عقلانی فراهم می کند.

و سخن آخر این که همان قدر افرادی که قلب را به سود عقل حذف کرده اند دچار خود دروغین هستند که افرادی که عقل را پیش پای قلب قربانی نموده اند.

تلفن آگهی‌های

اطلاعات هفتگی

۲۲۲۳۵۰۷

مرکز ترک اعتیاد مهر

با نازلترین قیمت

۰۹۱۲۱۸۶۱۷۶۶
۷۹۳۴۵۷۰
۳۸۲۱۶۶۲

تخفیف ویژه جهت شهرستانیهای محترم

درمان قطعی اعتیاد و سم‌زدایی هرنوع مواد مخدر در عرض چند ساعت (UROD) در مجهزترین مراکز بیمارستانی توسط متخصصین بیهوشی و اعصاب و روان پیشگیری از عود مجدد و ایجاد تنفر از مصرف مواد، پیگیری روان درمانی به مدت ۹ ماه

آدرس: نارمک، ضلع شرقی میدان هفت‌حوض پلاک ۶۷۳

ترک اعتیاد پاکمهر اصفهان

با مجوز بهزیستی

انواع روشهای سم‌زدایی (AARD ، ROD سرپایی) دارودرمانی، روان درمانی و درمانهای بازدارنده پس از ترک و کتاب مربوطه
نویسنده و مؤسس: دکتر رجالی، عضو انجمن ترک اعتیاد آمریکا
(دو خط) ۰۳۱۱-۶۲۶۴۸۷۱

«این یک رؤیا نیست» **بدون کنکور وارد دانشگاه سراسری شوید** «موفقیت تحصیلی»

اولین سیستم آموزش دانشگاهی تحت وب برای ترم جدید در رشته‌های کارشناسی علوم کامپیوتر، حقوق، حسابداری، مدیریت بازرگانی، روانشناسی عمومی، علوم اجتماعی، زبان انگلیسی و شیمی بصورت مکاتبه‌ای و اینترنتی ثبت نام مینماید. تلفن: ۷٤١٥٢٢٣

تلفن ثبت نام حضوری: ۲-۶۹۱۰۸٤۰ آدرس اینترنتی: WWW.pajooheshgar.com

ارائه مدرک توسط دانشگاه دولتی پیام نور

رهایی و بهبودی از اعتیاد را باور کنید مشاوره رایگان

درمان قطعی اعتیاد با نازلترین قیمت

در مرکز ترک اعتیاد پاستور

- درمان هر نوع مواد مخدر و الکل. سم زدایی فوق سریع (UROD) در عرض چند ساعت
- سم زدایی (RD) در عرض دو تا سه روز. سم زدایی به صورت سرپایی یا تدریجی (بدون نیاز به بستری)
- ارسال دارو جهت شهرستانیهای محترم ایجاد تنفر از موادمخدر و سیگار و پیشگیری از عود مجدد توسط
- داروی نالترکسون. پیگیری بیماران توسط کلاسهای گروه درمانی و روان درمانی و آزمایشات دوره‌ای

در مجهزترین مراکز بیمارستانی تهران توسط متخصصین بیهوشی و اعصاب و روان

متخصص بیهوشی شماره نظام پزشکی ۶۲۰۳۹
دکتر بهزاد رشیدی با تعیین وقت قبلی
۰۲۱-۴۰۷۲۲۰۷
۰۹۱۲۱۷۲۵۰۵۸، ۰۹۱۲۱۳۵۱۱۶۴

(تخفیف و تسهیلات ویژه جهت شهرستانیهای گرامی)

نشانی: فلکه دوم صادقیه. آیت الله کاشانی. انتهای بلوار اباذر. داروخانه شبانه روزی ثامن. طبقه چهارم

انستیتو ترمیم‌مو **گلهای تهران**

بدون تعطیلات

- سیستم تدریجی STEP BY STEP
- شبکه‌ای NET WORK
- سیستم HARE CLUB بصورت مستقیم

نشانی: پل سید خندان، ابتدای سهروردی شمالی کوچه حاج حسنی، شماره ۳۰

تلفن: ۸۷۶۶۰۳۹ - ۸۷۶۷۰۶۴ همراه: ۰۹۱۲۱۴۴۲۵۵۸ - ۰۹۱۲۳۰۶۶۹۵۷

(با ارائه بریده آگهی از ۱۰٪ تخفیف بهره‌مند شوید)

WWW.Gholhaye Tehran.Com

برای اولین بار در ایران

کوله‌پشتی زلزله

با تهیه مجموعه‌ بی‌نظیر کوله پشتی:

- بهره‌مندی از هشدارهای قبل و پس از زلزله
- برخورداری از ۲۰ قلم کالا و ابزار اضطراری
- عامل حفظ جان خود و خانواده باشید
- خانه‌ای همراه برای گردشگری

استان اصفهان، نجف آباد - صندوق پستی ۴۹۸ - ۸۵۱۳۵
تلفن (۲۲۵۲۲۰۶ - ۲۶۴۸۱۵۹ و ۲۶۴۹۴۳۶) ۰۳۳۱

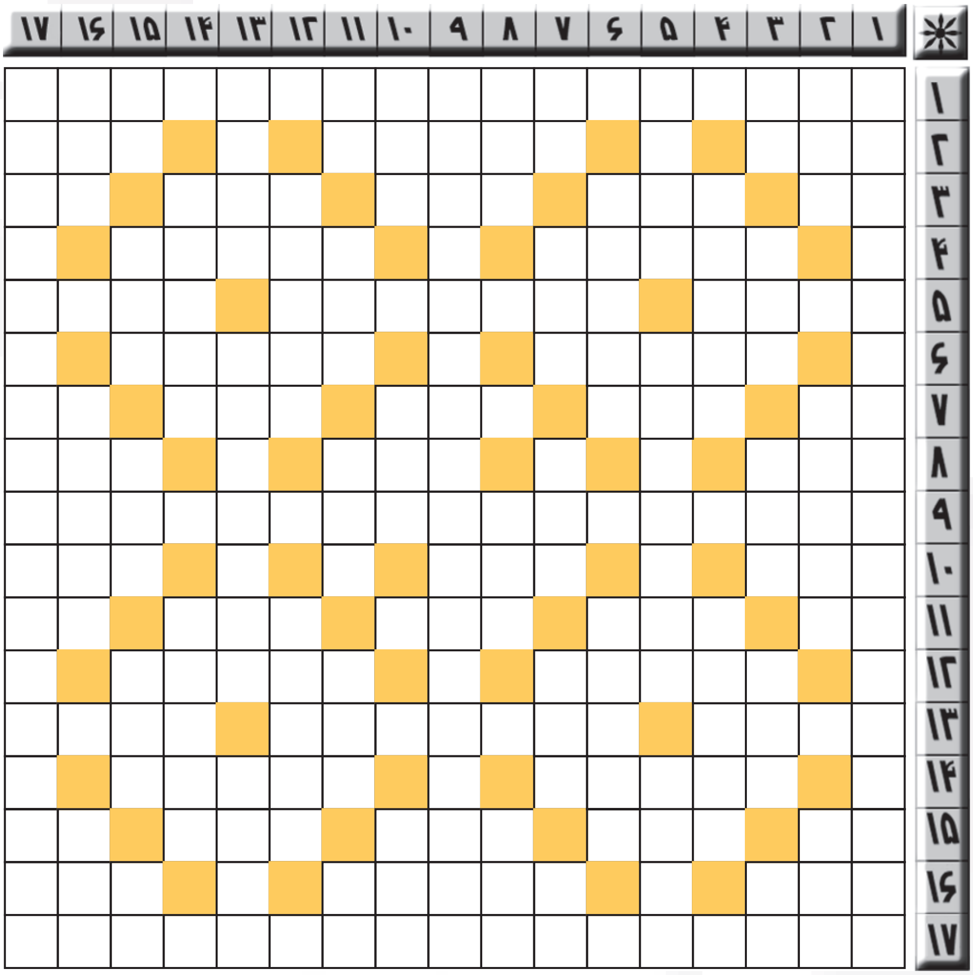
اسامی برندگان جدول شماره ۳۱۵۸

۱ـ آقای رحمت اله مرادپور - اصفهان
۲ـ خانم ریحانه داورشناس - فسا

ازبین عزیزانی که هر هفته جدول مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله ارسال نمایند، دو نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه‌ای به رسم یادبود تقدیم می‌گردد

زیر نظر: واحد جدول و سرگرمیها

جدول کلمات متقاطع (معلومات عمومی)



افقی:

۱ـاثری از «آلفونس دوده» ادیب و نویسنده فرانسوی ۲ـ دلاور و پهلوان ـ از جراحان معروف انگلیسی که پایه‌گذار جراحی اعضای عفونی می‌باشد ـ بت‌تراش عهد حضرت ابراهیم(ع) ۳ـ شاه بی‌عاقبت! ـ از پرندگان شکاری ـ کتابها ـ ادیسون مخترع آن است ـ مادر ورزشهاست ۴ـ پایین‌تر و زیردست ـ اثری از «ژان پل سارتر» ۵ـ اثر تربیتی «ژان ژاک روسو» ـ پی بردن و فهمیدن ـ آنی ۶ـ فعال و پرجنب و جوش ـ در نزد ایرانیان قدیم ایزد آبها بوده است ۷ـ سرسلسله اعداد ـ نام یکی از آهنگهای موسیقی ایرانی ـ دختر ژوپیتر و قهرمان تروا ـ تقویت امواج رادیویی ـ واحدی در سطح ۸ـ خداوند آنرا از همه شما دور بگرداند ـ رفیق است و گرفتنی ـ خروس مازنی ۹ـ فیلمی به کارگردانی «یوریس ایونس» سازنده فیلم «قدرت و زمین» ۱۰ـ نام جشن ایرانیان قدیم که در روز دهم بهمن می‌گرفتند ـ لقب اشرافی ـ از امپراطوریهای باستان ۱۱ـ ناشنوا ـ بشقاب دراز و بزرگ ـ پیغمبر ـ جوان ـ جنس به ظاهر قوی ۱۲ـ موافق گردانیدن اسباب کاری را گویند ـ از درجات نظامی پایین‌تر ازسرتیپ ۱۳ـ سختی و عذاب ـ از آثار برجسته «آنتوان چخوف» روسی ـ شهری در استان اردبیل ۱۴ـ بزرگ و مهتر قوم ـ مجهزترین بیمارستان خاورمیانه واقع در تهران ۱۵ـ از سلسله‌های پادشاهی کره ـ «حرا»ی آن جایگاه راز و نیاز رسول اکرم(ص) بود ـ درخت خرما ـ مقابل عرض ـ معاون هیتلر ۱۶ـ گیاهی است دارای ساقه کوتاه و پرگره که شیره سفیدی دارد و در کوههای ایران و افغانستان می‌روید ـ درختی است از تیره گل سرخیان دارای برگهای دراز و باریک ـ پول خرد جامائیکا ۱۷ـ اثری جالب و گیرا از نویسنده توانای روسی «ایوان تورگینف».

عمودی:

۱ـ رمانی جذاب و خواندنی از «سر آرتور کنان دویل» ۲ـ چین و چروک روی پوست ـ کتابی بسیار مشهور از «محمود دولت آبادی» ـ محل تولد «نیما یوشیج» ۳ـ آب‌بند ـ امر به نیامدن می‌کند ـ دومین مهره گردن آدمی ـ کاسه مسی ـ ام‌الخبائث ۴ـ ایوان کوچک جلوی عمارت ـ شلوار گشاد زنانه که سابقاً مورد استفاده قرار می‌گرفت ۵ـ نمدمال ـ نویسنده معروف روسی و صاحب آثاری چون «در آستانه فردا» و «پدران و کودکان» ـ گلی است زردرنگ و خوشبو با برگهایی درشت ۶ـ جمع زاویه ـ دشمن دوستان خویش است ۷ـ فرمان اتومبیل ـ نسوان بدون «ان»! ـ گهواره طفل ـ کره ماه ـ حرف نداری ۸ـ به همراه «تاک» صدای ثانیه‌شمار ساعت است ـ قوم آتیلا ـ از پساوند است ۹ـ ادیب و نویسنده بزرگ کشورمان و خالق اثر فراموش ناشدنی «لغتنامه» که یکی از شاهکارهای اوست ۱۰ـ جمع رتبه ـ زندان مسعود سعد سلمان ـ جسد حیوان مرده ۱۱ـ برابر و مساوی ـ قوت پرندگان ـ همان آسمان غرنبه خودمان ـ بهره و نصیب ـ تلخ ۱۲ـ امیدواریم شما از این دسته افراد نباشید ـ شرطها ۱۳ـ بعضی‌ها پولشان از آن بالا می‌رود ـ کمانه قمر ـ گلیم‌باف ۱۴ـ حرف یا کلمه آخر هر بیت ـ نام خلیجی در اقیانوس هند ۱۵ـ نشانه مفعولی ـ نهر بسیار بزرگ ـ رشته‌هایی که در طول پارچه بافته می‌شود ـ غبار یا خاک نرم ـ نوعی قماش لطیف ۱۶ـ شهر و استانی در کشورمان با مردمانی سخت‌کوش و معتقد که به شهر بادگیرها نیز معروف است ـ طلای آذری ـ جواهر مستعمرات بریتانیا ۱۷ـ فیلمی به یادماندنی و دیدنی از «ماساکی کوبایاشی» کارگردان و فیلمساز نامی ژاپن.

طراح: حسین چراغیان ـ خراسان رضوی (روستای کوشه بردسکن)

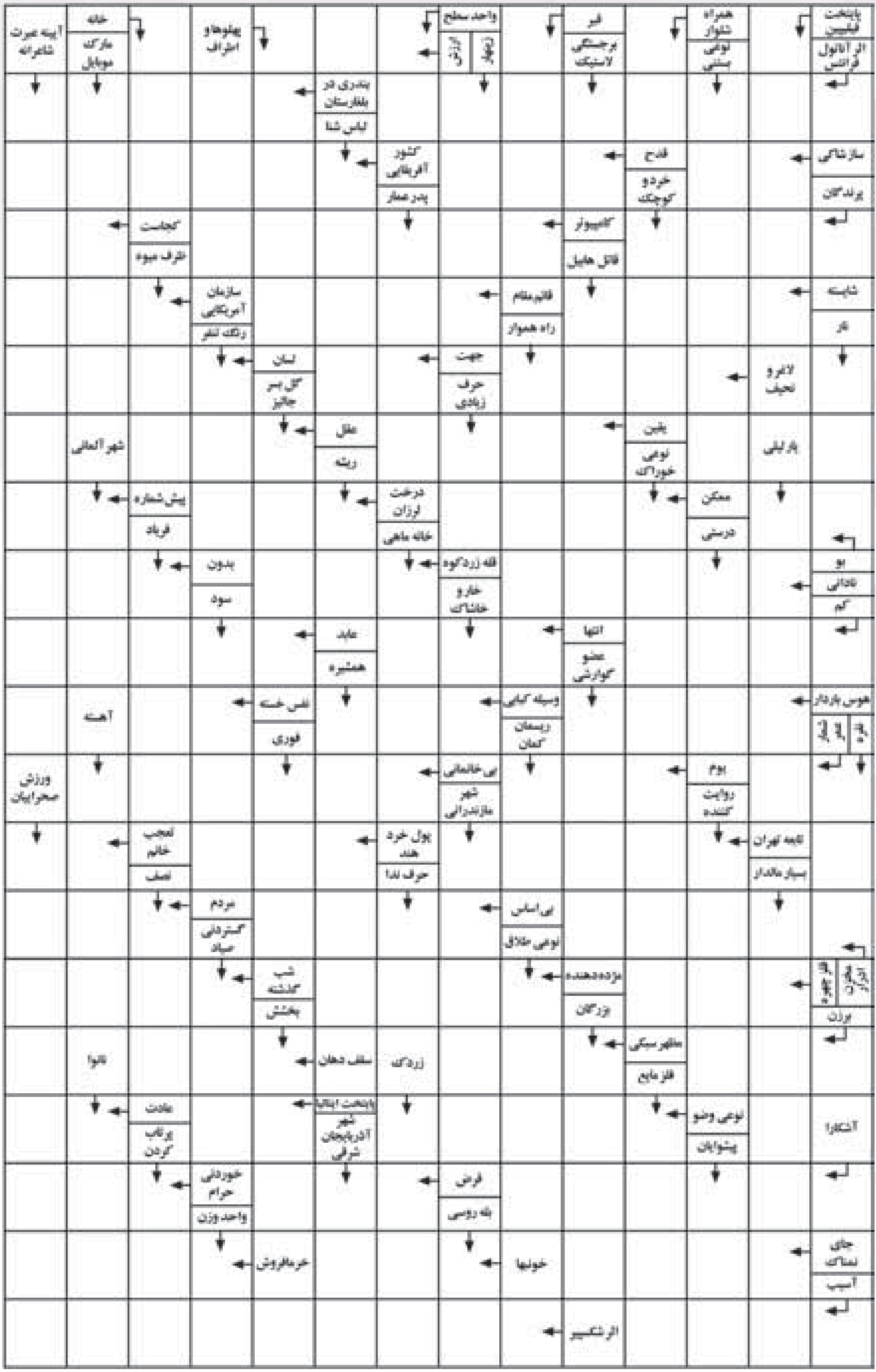
حل جدول شماره ۳۱۵۸

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷
۱	ذ	خ	ی	ر	ه	خ	و	ا	ر	ز	م	ش	ا	ه	ی	■	ک
۲	ه	ا	■	ی	م	ن	■	م	ش	ی	■	ت	ی	ر	ا	ن	ا
۳	ا	ن	د	ی	ا	■	ث	ن	ا	گ	و	■	ا	م	■	ل	پ
۴	ب	■	ر	س	■	م	ل	ا	■	ف	ر	ج	■	ز	د	■	ی
۵	■	ح	ج	■	ل	و	ث	■	ف	ر	ا	ن	ک	■	ب	خ	ت
۶	ج	ل	■	د	ا	ش	■	س	ق	ی	م	■	ا	ر	■	ا	و
۷	ر	■	س	م	ن	■	پ	ل	ی	د	■	پ	ر	و	ت	ک	ل
۸	ج	ا	م	ی	■	د	ا	ی	ر	■	ا	ن	ت	ن	■	خ	ا
۹	ب	ر	ا	■	ا	و	ی	س	■	ب	ر	ی	ل	■	ن	و	س
۱۰	ر	م	■	م	ن	ز	ه	■	ا	ه	م	ر	■	ز	ر	ب	ی
۱۱	ن	ی	و	ت	و	ن	■	غ	ر	ی	و	■	ک	ی	ا	■	و
۱۲	ا	د	■	ا	ر	■	خ	ز	ا	ن	■	ل	ع	ن	■	د	ن
۱۳	ر	ا	ب	■	ی	م	ا	ن	ی	■	س	ی	ب	■	ل	ی	■
۱۴	د	■	و	ب	■	پ	ر	و	■	ا	ر	ک	■	ه	و	گ	و
۱۵	ش	ر	■	ک	س	■	ک	ی	و	ت	و	■	ج	س	ر	■	ص
۱۶	ا	ش	ا	ر	ا	ت	■	ا	ر	ا	■	ب	ه	ت	■	ر	ا
۱۷	و	■	ف	ل	و	ر	ا	ن	س	ن	ا	ی	ت	ی	ن	گ	ل

جوایز برندگان مستقیما به آدرس آنها ارسال خواهد شد

با داشتن اراده قوی مالک همه چیز هستند •گوته

جدول شرح در متن


پایتخت فیلیپین
الر آناتول فرانس
همراه شلوار
نوعی بستنی
قبر
برجستگی لاستیک
واحد سطح
ارزش
زهوار
پهلوها و اطراف
خانه
مارک موبایل
آینه عبرت شاعرانه
بندری در بلغارستان
لباس شنا
سازشکاری
پرندگان
قدح
خرد و کوچک
کشور آفریقایی
پدر عمار
کامپیوتر
قاتل هابیل
کجاست
ظرف میوه
شایسته
تار
قائم‌مقام
راه هموار
سازمان آمریکایی
رنگ تنفر
لاغر و نحیف
جهت
حرف زیادی
لسان
گل بسر جالیز
بار لیلی
یقین
نوعی خوراک
عقل
ریشه
شهر آلمانی
ممکن
درستی
درخت لرزان
خانه ماهی
پیش‌شماره
فریاد
بو
نادانی
کم
قله زردکوه
خار و خاشاک
بدون
سود
انتها
عضو گوارشی
عابد
همشیره
عروس باردار
شعار عمر
فقره
وسیله کبابی
ریسمان کمان
نفس خسته
فوری
آهسته
بوم
روایت کننده
بی‌خانمانی
شهر مازندرانی
ورزش صحرایان
تابعه تهران
بسیار مالدار
پول خرد هند
حرف ندا
تعجب خانم
نصف
بی‌اساس
نوعی حلال
مردم
گستردنی صیاد
فلز چهره
مخزن ابزار
برزن
مژده‌دهنده
بزرگان
شب گذشته
بخشش
مظهر سبکی
فلز مایع
زردی
سقف دهان
نانوا
آشکارا
نوعی وضو
پیشوایان
پایتخت ایتالیا
شهر آذربایجان شرقی
عادت
پرتاب کردن
فرش
بله روسی
خوردنی حرام
واحد وزن
جای نمناک
آسیب
خونبها
خرمافروش
اثر شکسپیر

طراح: فرزاد خضرائی

توجه:

خوانده محترم با توجه به تغییرات پیش‌رو در بخش جدول مجله اطلاعات هفتگی، خواهشمند است اعلام نمایید که شما کدامیک از شکل‌های جدول (شرح در متن و جدول معمولی) را می‌پسندید. لطفاً نظر خود را یا به صورت کتبی و یا تلفنی به روابط عمومی مجله اعلام نمایید. البته در صورت کتبی بودن روی پاکت بنویسید «روابط عمومی».

متشکریم

زیر نظر: جعفر گودرزی

Email:Maha_Parsa @yahoo.com

با ژینوس بازیگر «خانه به دوش»

ژینوس افاده‌ای نیست!

گفتگوها از: مریم دُرستانی

بهنوش بختیاری فعالیت بازیگری خود را از تئاتر و فعالیت تصویری خود را با سریال «هوای تازه» آغاز کرده است. اما بیشتر، فعالیت در پشت صحنه (منشی صحنه بودن) را بیشتر می‌پسندد تا اینکه نقش موردنظرش پیشنهاد شود.

سریالهای فرمان، همراز، شاهد عینی، مدرک اصلی و... از فعالیت‌های او در پشت صحنه بوده است. بختیاری تاکنون در تهیه و تدارک فیلمی کوتاه است و اخیراً منشی صحنه فیلم ازدواج صورتی به کارگردانی منوچهر مصیری بوده است. او را اکنون در نقش ژینوس در سریال خانه به دوش می‌بینید. گفتگوی ما را با او بخوانید:

◄تا آنجا که می‌دانم بیشتر در پشت صحنه فعالیت دارد، (منشی صحنه) درسته؟

○بله، خوب چون فرصت کارهای تصویری زیادی برایم پیش آمد اما من منشی صحنه بودن را دوست دارم، به نظرم حرفه مستقلی است که باید به‌تنهایی به آن پرداخته شود. و از آنجایی که من نیز عادت ندارم دو کار را با هم انجام دهم، سعی می‌کردم در کنار کارگردانان بیشتر تجربه کسب کنم، چون برای آن زحمت کشیدم و مطالعه داشتم.

◄پس بازیگری چه؟

○البته فعالیت پشت صحنه کمک شایانی به انتخاب نقشها می‌کند، از طرفی نگرش من به بازیگری متفاوت است، به همین دلیل معنای محبوبیت و معروفیت‌ها را نمی‌فهمم، من اصلاً این چنین فکر نمی‌کنم، اما ممکن است فعالیت پشت صحنه، بازیگری را کمرنگ کند، اما آنچه مهم است تاءثیر نقش است و فاکتوری که در پشت انتخاب آن نقش نهفته است.

◄پشت صحنه چه چیزی نهفته است که آن را به بازیگری ترجیح می‌دهید؟

○مسلماً ترجیح می‌دهم ۲ ماه و نیم در کنار داریوش مهرجویی کار منشی صحنه را انجام دهم و چیزی یاد بگیرم، چون نگاهم به بازیگری این‌چنین نیست، در فیلم «مهمان مامان» با افتخار می‌گویم که شاگردی کردم و همچنین اخیراً فیلم «ازدواج صورتی» را منشی صحنه بودم.

◄آخر راجع به نگرش بازیگری‌تان نگفتید؟

○یک نقش کوتاه را دوست داشته باشم و در کنار آن چیزهایی یاد بگیرم، تا اینکه در یک فیلم نقش اول را داشته باشم، اما کیفیت کار مورد توجه مخاطبان قرار نگیرد. من معتقدم هنرمند باید با مردم عادی فرق کند، باید حسی به اسم بازیگری در وجود او نهفته باشد. حسی جدای از مردم و فراتر از آن، با این حس اگر دیده هم نشوید، مهم نیست.

◄بگذریم، از خانه به دوش بگوییم.

○رضا عطاران را می‌شناختم و می‌دانستم که او کارگردان خلاق و خوش ذوقی است، به همین خاطر به او اطمینان کردم و نقش ژینوس را پذیرفتم.

◄ژینوس از قشر پولدار جامعه است و در خانواده‌ای مرفه به دنیا آمده، ولی زیاد خودش را نمی‌گیرد وقتی با دختر خاله و پسرخاله‌اش صمیمی است.

○بله، ژینوس با اینکه افاده‌ای و تی‌تیش مامانی است، اما بسیار مهربان و خوش قلب است، حتی در جایی از سریال می‌بینید که ژینوس عاشق گوسفند آنها می‌شود. این را می‌توانیم در اطرافمان هم ببینیم، افرادی که پولدار هستند، انگار برای اینکه توجه بیشتری جلب کنند، حاضرند هر کاری برای طرف مقابل انجام دهند.

◄این همان نکته‌ای است که می‌توان به عنوان تفاوت این نقش (ژینوس) مطرح کرد. چقدر در این زمینه با کارگردان صحبت کردید؟

○اتقافاً با آقای عطاران به این نتیجه رسیدیم که دلیل

گفتگو با آناهیتا همتی بازیگر «خانه به دوش»

در نقشهایم خود خودم هستم

با سریال «دبیرستان خضراء» برای اولین بار بر صفحه جعبه جادویی ظاهر شد. البته از سالها قبل کار بازیگری را با نمایش «تمبورنواز» آغاز کرده بود و این روند تا دو سال پیش هم ادامه داشت. خودش می‌گوید: اگر پیش آید، باز هم در تئاتر بازی خواهم کرد.

«آناهیتا همتی» اکنون در نقش «سپیده» در سریال «طلسم‌شدگان» و همچنین نقش «نرگس» در سریال «خانه به دوش» ایفای نقش می‌کند و همین موضوع بهانه‌ای شد تا برای گفتگوی این هفته او را انتخاب نماییم. بنابراین از شما دعوت می‌کنم این مصاحبه را بخوانید...

◄۳۰ شب روی آنتن، این علاقه شما را به بودن می‌رساند، یا اینکه حضور در کارهای مناسبتی را؟

○همانطور که گفتید دومی را بیشتر می‌پسندم. مثل ایام عید، محرم و...

◄و حتماً نشان‌دهنده علاقه شما به کارهای روتین شبانه هم می‌تواند باشد؟

○نه، بیننده‌ها تحمل این ۹۰ شب را ندارند. هرچند که دو ماه و نیم کار با آقای عطاران طول کشید و ۹ ماه سریال طلسم‌شدگان، اما ۹۰ شب خیلی زیاد است، مخاطب را دیوانه می‌کند.

◄پس بیننده پروپا قرص این طنزها که هستید؟

○آره، تمام کارها را می‌بینم، ولی ترجیح می‌دهم تایم کوتاهتری مهمان مردم باشم.

یکی از ویژگیهای من که بیشتر کارگردانها نیز به آن اشاره می‌کنند، این است که راحت بازی می‌کنم

◄به طلسم‌شدگان اشاره کردید. بازی در دو سریالی که کارگردانهایش تجربه بازیگری هم داشتند، سخت است یا آسان؟

○نه اتفاقاً، آسان است چرا که باعث می‌شود بازیگر و کارگردان حرف همدیگر را بهتر بفهمند. البته این به معنای آن نیست که اگر بازیگر نباشند، این ارتباط برقرار نمی‌شود، اما بازیگر ممکن است شرایطی برایش پیش آید که تا یک کارگردان بازیگر نباشد، نمی‌تواند آن شرایط را درک کند.

◄کمی از نقش سپیده در طلسم‌شدگان بگویید تا به سراغ «خانه به دوش» برویم.

○خوب از ابتدا که داریوش فرهنگ من را دید، برای نقش سپیده انتخابم کرد، بعد هم که سناریو را نخوانده، قرارداد را بستم.

◄حتماً به‌خاطر اطمینان به نتیجه کار کارگردان است؟

○بله، به داریوش فرهنگ اطمینان داشتم، از طرفی «مهران مهام» و «ایرج محمدی» تهیه‌کننده‌های شناخته شده‌ای هستند که تجربه کارهای این‌چنینی را دارند.

◄خودت فکر می‌کنی چه تفاوتی میان سپیده و نرگس در سریال خانه به دوش وجود دارد؟

○خوب خیلی فرق دارند. کار آقای فرهنگ کار شیک و تروتمیزی است که همه آدمهایش درگیر یک جور طلسم هستند، اما آدمهای خانه به دوش بدبخت هستند. آنقدر که غم نان دارند و مشکل نداشتن لباس و...

◄و نقاط اشتراک این دو نقش، پرجنب و جوش بودن سپیده و نرگس است. درسته؟

نمی‌شود هر پولداری، افاده‌ای باشد، ممکن هم است آنقدر از وضع رفاهی و آسایش خوبی برخوردار باشند، اما خوش قلب هم باشند ولی ژینوس آدم متکبری است.

◀ **تا آنجا که با علی (پسرخاله‌اش) هم صمیمی است؟**

○بله، آنقدر از دیدن آنها ذوق می‌کند که انگار آنها را ندیده است، می‌خواهد فضایی بوجود بیاید که با علی بگوید و بخندند، و علی روی حساب بچگی‌اش برداشتهای دیگری می‌کند.

◀ **آخر تصمیمات خودش را عملی می‌کند؟**

○(با خنده) باید ببینیم...

◀ **نگفتید که منشی صحنه بودن یا بازیگری؟**

○فعلاً شرایطی ناخودآگاه پیش آمده که از فعالیت پشت صحنه خیلی راضی‌ام، البته انرژی زیادی می‌برد و درآمدش کم است، اما ترجیح می‌دهم منشی صحنه باقی بمانم، تا اینکه در نقشی ظاهر شوم که فقط بخواهند نام بازیگر را روی من بگذارند.

◀ **خوب تا چه میزان بازی در کارهای مناسبتی را می‌پسندید؟**

○کارهای مناسبتی را خیلی دوست دارم، ایام عید، ماه محرم و...

با آقای عطاران به این نتیجه رسیدیم که دلیل نمی‌شود هر پولداری، افاده‌ای باشد، ممکن است آنقدر از وضع رفاهی و آسایشی برخوردار باشند، اما خوش قلب هم باشند ولی ژینوس آدم متکبری است

◀ **راستی چرا همه بازیگران بازی در کارهای مناسبتی را می‌پسندند؟**

○به این خاطر که دیده می‌شوند. من همیشه می‌خواستم چنین فرصتهایی پیش آید که در آن یک بازیگر بتواند تمام انرژی و توانش را در بازیگری نشان دهد. مثلاً مریم امیرجلالی، بازیگر توانایی است که در این بازی خودش را نشان داد، اما کدام کارگردان ایشان را می‌شناسد؟

◀ **با این حساب اگر پیشنهاد بازی در طنزهای ۹۰ شبی هم پیشنهاد شود، قبول می‌کنید؟**

○اگر طنز خوبی باشد و کارگردانی آن نیز خوب باشد، قبول خواهم کرد. فرصت خوبی است که ۹۰ شب بازیگر، خودش را نشان دهد.

◀ **اگر سال آینده هم در ماه رمضان کاری پیشنهاد شود...**

○اگر آقای عطاران باشد، قبول می‌کنم، چون کار ایشان را قبول دارم، باور کنید ما هم خودمان بازیگر بودیم، اما سرصحنه یک وقت دکوپاژی می‌کردند که من خودم می‌ماندم که چه چیزی در مغز اوست.

◀ **این‌طور احساس می‌شود که بعد از خارج نرفتن آقاماشاءالله، ریتم سریال کمی کند شده است، نظر شما چیست؟**

○فکر نمی‌کنم... اما برایم جالب است که نظرات مختلف را بدانم.

◀ **البته شاید کمی هم قضاوت زود باشد، اما اگر خانه به دوش کم‌کم افت کند چه؟**

○فکر نمی‌کنم، با بازی خوب حمید لولایی غیرممکن است.

◀ **و اگر این امر غیرممکن، ممکن شود چه؟**

○دیگر از بدشانسی است.

◀ **اصلاً از کجا شروع شد، کار تئاتر را می‌گویم؟**

○از سال ۷۵ در مؤسسه رسام هنر زیرنظر استادم مهتاب نصیرپور کار تئاتر را شروع کردم و به مرور با ایشان کار می‌کردم، تا اینکه پیشنهاد بازی در سریال «هوای تازه» به کارگردانی محمد رحمانیان صورت گرفت و از آنجا کار تصویری آغاز شد.

◀ **پس چرا حالا کمتر در زمینه تئاتر فعالیت دارید؟**

○خوب فعالیت‌های تصویری داشتم، اما اگر فرصتی پیش آید، و کار خوب پیشنهاد شود، حتماً در زمینه تئاتر هم فعالیت خواهم کرد.

◀ **فکر می‌کنی در زمینه بازیگری، از کجا شناخته شدی؟**

○نمی‌دانم، شاید بیشتر در سریال «داستان یک شهر» یا «رگبار» بیشتر دیده شدم.

◀ **در سینما چطور؟**

○حضور چندانی نداشتم؛ نقش کوتاهی در فیلم «ساغی» محمدرضا اعلامی داشتم، و همچنین بازی در فیلم «قلعه یاسین» که برای دفاع مقدس بود و نمی‌دانم سرنوشتش چه شد.

◀ **منشی صحنه را از چه سالی آغاز کردید؟**

○از سال ۷۵ با سریال «هزاران چشم» کیانوش عیاری آغاز کردم، خوشحالم که در پشت صحنه با کارگردانهای شناخته شده‌ای کار کردم. مثل: منوچهر مصیری (ازدواج صورتی) و...

◀ **نگفتید منشی صحنه بودن را برای چه تجربه می‌کنید؟**

○می‌خواهم فیلم بسازم.

◀ **حتماً فیلم کوتاه؟**

○بله فیلمی ۲۰ دقیقه‌ای به کارگردانی، نویسندگی و تهیه‌کنندگی خودم.

◀ **کمی از محتوای آن صحبت کنید؟**

○فیلمی است راجع به زندگی یک زن و بچه‌اش بعد از طلاق، حس و حال او را نشان می‌دهد. عواملش مشخص شده و تا چند روز آینده کلید خواهد خورد.

◀ **در فیلمنامه‌تان، چه نقشی برای خودتان درنظر می‌گیرید؟**

○با توجه به اینکه بیشتر روی شخصیت‌پردازی تاءکید دارم، نقشی را دوست دارم که پیچیده و چندبعدی باشد، چون آدمها هم تک‌بعدی نیستند، جایی خوب هستند و جای دیگر بدجنس.

◀ **به عنوان سؤال آخر بگویید با بازی در این سریال می‌خواستید ۳۰ شب دیده شوید یا اینکه...**

○باور کنید از ابتدا که قبول کردم بازی کنم نه به این خاطر که ۳۰ شب روی آنتن باشم، فقط در حد اعتماد به آقای عطاران. اما حالا آنچه مهم است مردم هستند. وقتی کار را ببینند و خوششان بیاید، یعنی دیده شدی.
■

○به هرحال من این دو نقش را بازی کردم. ممکن است خیلی چیزها باعث این اشتراک شود، چون من خودم دختر پرشر و شوری هستم، در جایی باید از شیطنتم کم کنم و در کاری مثل خانه به دوش باید خودم را با بدبختی وفق دهم.

◀ **این‌طور احساس می‌شود که در نقشهایت خودت هستی. چطور خودت را به نقشهایت نزدیک می‌کنی؟**

○شاید یکی از ویژگیهای من که بیشتر کارگردانها نیز به آن اشاره می‌کنند، این است که راحت بازی می‌کنم. از طرفی در نقشهایم خود خودم هستم و نرگس و سپیده را می‌آورم پیش خودم و مال خودم می‌کنم.

◀ **آن چیزی که در بازی شما مدنظر است، ایفای نقشهای کوتاه یا جانبی است...**

○چه اشکالی دارد، مهم این است که کار را درست انجام داد.

◀ **فکر می‌کنید که نتیجه کار شما خوب بوده است؟**

○بد که نبوده، چون اگر خوب نبود به سراغ من نمی‌آمدند و رفته رفته فراموش می‌شدم. می‌دانید که از تئاتربازی کردن من چند سالی می‌گذرد. شما فکر می‌کنید اگر کارم را درست انجام نمی‌دادم، کسی برایم تره خرد می‌کرد؟

◀ **درمیان سریالهای درحال پخش ماه مبارک رمضان، فکر می‌کنید خانه به دوش چه جایگاهی دارد؟**

○نمی‌دانم، نمی‌توانم بگویم. چون کارهای دیگر را هم می‌پسندم. مثل «رسم عاشقی» (سعید سلطانی) یا کار همایون اسعدیان.

◀ **یک جاهایی در سریال آنقدر بازی شما و خنده‌هایتان خودمانی است که احساس می‌شود واقعاً جزئی از این خانواده هستید یا خودتان هم بودن در چنین خانواده‌ای را تجربه کرده‌اید؟**

○بله، واقعاً آنقدر همه احساس صمیمیت می‌کردیم که انگار یک خانواده شده بودیم. من خیلی می‌خندیدم، به‌طوری که از خنده ریسه می‌رفتم، اما آقای عطاران می‌گفت خیلی هم خوب است، پدر و مادری با این شرایط زندگی، طبیعی است که فرزندشان این‌چنین از ته‌دل هم بخندد، اما واقعاً آنقدر همه در جلد خانواده آقاماشاءالله رفته بودیم که حتی آن دختر کوچک، خانم «امیر جلالی» را مامان صدا می‌کرد و من را نرگس.

◀ **از سینما چه خبر دارید؟**

○امن و امان است.

◀ **منظورم این است که آخرین فیلمی که شما در آن بازی داشتید (قلبهای ناآرام) فکر می‌کنید موفق بود؟**

○اگر در همان سال اکران می‌شد، خوب بود، بعضی فیلم‌ها برای همان زمان خودشان ساخته می‌شوند.

◀ **باز هم نقشهای جانبی را در این فیلم تجربه کردید؟**

○وقتی به این فکر کنید که کار مثل یک پازل است که هر کس باید سر جای خودش باشد، آنوقت اذیت نمی‌شوید. حال نقش هر چندم که می‌خواهد باشد، بگویید آخر، اما وظیفه من این است که آن را زنده کنم، این خیلی لذت‌بخش است.

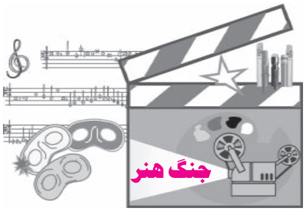
◀ **اگر نقش اول را به شما بدهند چه؟**

○اول سناریو را می‌خوانم و اگر خوشم آمد، قبول می‌کنم.

◀ **و حرف آخر...؟**

○برای شما و خوانندگان خوبتان آرزوی موفقیت می‌کنم.

برای بیان عشق، به نظر شما کدام را باید خواند، تاریخ یا جغرافی؟
● حسین پناهی



اخبار کوتاه

◀ فیلمبرداری مجموعه تلویزیونی بادبانها را بکشید به کارگردانی شاپور قریب با داشتن مایه‌هایی طنز برای شبکه پنج سیما ادامه دارد. یوسف تیموری، سحر ذکریا و پوپک گلدره بازیگران این مجموعه هستند.

◀ نمایش **پدر خاک** نوشته و کار سیدجواد هاشمی تا پایان ماه مبارک رمضان در تماشاخانه مهر حوزه هنری به اجرا درمی‌آید. این نمایش ابعاد زندگی حضرت علی(ع) را به تصویر می‌کشد.

◀ هیأت مدیره خانه سینما به‌طور جمعی استعفا دادند. ابوالحسن داوودی، نظام‌الدین کیایی، فرهاد توحیدی، رضا کیانیان، حسین فرح‌بخش، بهرام دهقانی و مرتضی رزاق کریمی هیاءت مدیره خانه سینما بودند.

◀ محمد درمنش کارگردان فیلم سینمایی دوشیزه، در انتظار پروانه ساخت فیلم جدیدش «مهوش» است. مهوش از موضوعی اجتماعی برخوردار است.

◀ اهالی سینما معتقدند: وضعیت پخش تیزر فیلم‌های سینمایی از تلویزیون بهتر شده است.

◀ ملاقلی‌پور ساخت فیلم برای جشنواره فیلم پلیس را تکذیب کرد.

◀ خوابگاه دختران ساخته حسین لطیفی و تارا و تب توت فرنگی ساخته سعید سهیلی پروانه نمایش دریافت کردند.

◀ محمد آفریده مدیرعامل مرکز گسترش سینمای مستند و تجربی گفت: شکوفایی فیلمسازان جوان، دستاورد دوران اصلاحات است.

◀ سخنگوی اتحادیه تهیه‌کنندگان گفت: هشتاد فیلم ایرانی به قانون کپی‌رایت جهانی می‌پیوندند. با این کار در صورت هرگونه تخلف با تکیه بر قانون کپی‌رایت امکان پیگیری آن در تمامی کشورها وجود دارد.

◀ تهمینه میلانی کارگردان حرفه‌ای سینما داور جشنواره بلک‌نایت کشور استونی شد. این جشنواره ۱۳ آذرماه در کشور استونی برگزار می‌شود.

◀ فیلم سینمایی «پرده عشق» ساخته جمال شورجه عید سعید فطر به نمایش گذاشته می‌شود.

◀ پایگاه اینترنتی مؤسسه رسانه‌های تصویری افتتاح شد. در این پایگاه بخشهای متنوعی از جمله فهرست فیلم‌های موجود در مؤسسه به همراه خلاصه داستان، اخبار مؤسسه، اسامی و نشانی نمایندگان فروش مؤسسه رسانه‌های تصویری، فیلم‌هایی که توزیع شده‌اند و... وجود دارد.

خاطراتی از سینما رفتن تماشاگران

از: زهرا میرمحمدی

پایان خوش برای یك فیلم

خانم ۳۲ ساله‌ای می‌گوید: برای تماشای فیلمی به اتفاق خانواده راهی سینما شدم. فیلم به‌گونه‌ای تمام شد که باید پایانش را حدس می‌زدیم. من بسیار تحت تاءثیر قرار گرفته بودم که بالاخره پایان ماجرا چگونه بوده است؟ مدام با خودم فکر می‌کردم و پایانهای خوش و ناخوش برای فیلم پیدا می‌کردم. شب که خوابیدم، در خواب همان فیلم را دیدم و جالب اینجا بود که با یک پایان خیلی خوب و جذاب فیلم را به اتمام رساندم. درواقع همانطوری که دوست داشتم بشود.

یك اتفاق جالب

آقایی ۴۲ ساله می‌گوید: یکروز جمعه به اتفاق خانواده سری به یکی از اقوام زدیم. ولی آنها اصرار داشتند شام را در کنار آنها باشیم ولی ما قبلاً قرار گذاشته بودیم که بعد از مهمانی به سینما برویم. پس از خداحافظی راهی سینما شدیم. دقایقی طول کشید تا جای پارک پیدا کنیم. در کمال آرامش به طرف سینما حرکت کردیم. فکر می‌کنید جلوی گیشه چه دیدیم؟!

بله میزبان ما که آنقدر اصرار به ماندن ما می‌کرد، با خانواده‌اش جلوی گیشه ایستاده بود و درحال تهیه بلیت بودند. تصور کنید چقدر از این موضوع خندیدیم و با هم وارد سینما شدیم و آن شب را بالاخره با هم شام خوردیم.

تنقلات و سینما

آقاپسر ۱۶ ساله‌ای با نام محمد تعریف می‌کند: با دوستانم برای وقت‌گذرانی به سینما رفته بودیم. پفک و نوشابه و بستنی و تنقلات دیگری برای خوردن با خودمان به داخل سالن بردیم. درحین تماشای فیلم مدام فک ما تکان می‌خورد و یکسره درحال خوردن بودیم، ولی چشم شما روز بد نبیند. همان شب تلافی آن خوردنها درآمد و من و یکی دیگر از دوستانم راهی بیمارستان شدیم. و من به خانواده‌ام قول دادم دیگر با این همه خوراکی به سینما نروم.

در آستانه برگزاری جشنواره فیلم پلیس هنرمندان نظر داده‌اند

مجموعه‌های پلیسی تلویزیون به بیراهه می‌روند

فرج‌الله سلحشور

مجموعه‌های تلویزیونی که تاکنون درباره پلیس ساخته شده است هیچ‌گاه به دنبال هدف اصلی پلیس و نیروی انتظامی نبوده‌اند و بیراهه رفته‌اند.

فرج‌الله سلحشور، کارگردان سینما و تلویزیون ضمن بیان این مطلب افزود: هدف پلیس و نیروی انتظامی در ایران همواره خدا، خدمت به خدا و خلق خدا بوده است ولی به نظر می‌رسد این هدف تاکنون در مجموعه‌های تلویزیونی پلیسی اتفاق نیفتاده است.

سلحشور با اشاره به اینکه برخی از افرادی که شایستگی لازم را برای تولید مجموعه‌های پلیسی ندارند در این زمینه فعال هستند، گفت: آیا افرادی که نه از خدا و نه از خدمت به خلق خدا اطلاع دارند و نمی‌دانند چه کاری خدمت است و چه کاری خدمت نیست، باید در زمینه فیلم‌ها و مجموعه‌های پلیسی فعالیت کنند؟

وی تصریح کرد: آنها فرق برای خدا کار کردن و برای نفسانیت کار کردن را نمی‌دانند.

سلحشور گفت: سفارش‌دهندگان تولید مجموعه‌های پلیسی دقیقاً برایشان معلوم نیست که کلیت مجموعه‌های پلیسی باید به چه سمتی برود؟

وی ادامه داد: آنها هنوز نتوانسته‌اند هدفی را برای کارشان تعریف کنند و کل کار را در جهت آن هدف هدایت کنند.

در مجموعه‌های پلیسی تلویزیون، پلیس تنها یک ابزار برای پیشبرد داستان است و شخصیت محوری نیست.

پلیس در این مجموعه‌ها به دنبال دغدغه‌های شخصی و مشکلات خانوادگی‌اش است و تماشاگر بیشتر از شخصیت‌های منفی استقبال می‌کند تا شخصیت پلیس.

این نقصان باید برطرف شود و به‌گونه‌ای نباشد که تماشاگران از پیروزی ضدقهرمان خوشحال شده و کف بزنند.

شایسته تهیه‌کننده سینما:

فیلمنامه‌های پلیسی مناسب به تهیه‌کنندگان ارائه نمی‌شود

قصه‌ها و فیلمنامه‌های پلیسی مناسب کمتر به تهیه‌کنندگان سینمای ایران ارائه می‌شود.

قصه‌ها و فیلمنامه‌هایی که به ما تهیه‌کنندگان ارائه و پیشنهاد می‌شود بیشتر رویکردی اجتماعی داشته‌اند و کمتر فیلمنامه‌ای با موضوع پلیسی ارائه شده است مگر اینکه در فیلمنامه‌های اجتماعی‌ای که ارائه شده، یک شخصیت پلیس نیز وجود داشته باشد.

شایسته با اشاره به اینکه در سالهای اخیر، کمتر فیلمی پلیسی در سینمای ایران ساخته شده است، گفت: به نظر می‌رسد در زمینه تولید فیلم‌های پلیسی، تلویزیون کار خود را به نحو احسن انجام می‌دهد.

شایسته همچنین گفت: به دلیل اینکه تولید یک فیلم پلیسی با حساسیت‌های بسیاری همراه است سینماگران باید با دقت و مراقبت خاصی در زمینه فیلم پلیسی فعال باشند.

علی ژکان:

با توجه به بحرانهای اخیر سینمای پلیسی نیاز جدی زندگی شهری است

ما سینمای پلیسی قابل اعتنایی در تاریخ سینما نداشته‌ایم چون گونه پلیسی، هیچ‌گاه ژانر وطنی نبوده و از غرب آمده است.

در سینمای بعد از انقلاب بیشتر مسائل شهری و اجتماعی مورد استقبال قرار گرفته است ولی به نظر می‌رسد با توجه به بحرانهای اجتماعی اخیر و افزایش جنایت، فحشا و فساد در جامعه، در این شرایط ما نیاز بسیار مبرمی به پلیس داریم و طبعاً سینمای پلیسی نیاز جدی زندگی شهری است.

گشتی در دنیای خبرها

«چهل سرباز» یکساله شد

پس از یکسال تصویربرداری مجموعه تلویزیونی «چهل سرباز» کار ساخت آن ادامه دارد و گویا تا به حال بیش از ۷۰ درصد کار ضبط شده است.

محمدعلی کشاورز، عباس امیری، بهمن دان، مجید مشیری، علی اسیوند، احمد نجفی، داریوش ارجمند، انوشیروان ارجمند، پروانه معصومی و... بازیگران این مجموعه هستند.

قصه این مجموعه درباره زندگی انسانهای برجسته چهار مقطع تاریخی ایران است که به شیوه‌های مختلف مقابل یکدیگر قرار می‌گیرند.

چهل سرباز را محمد نوری‌زاد می‌سازد.

کلاه پهلوی در شهرک سینمایی

ساخت مجموعه تلویزیونی «کلاه پهلوی» تا چندی دیگر در شهرک سینمایی غزالی آغاز می‌شود.

کلاه پهلوی پس از کیف انگلیسی کار جدید ضیاءالدین دری است که داستان یک جوان ایرانی در دوره قاجار را روایت می‌کند که به وسیله خانواده‌اش برای ادامه تحصیل به فرانسه می‌رود. به اصرار خانواده با دختر سفیر ایران در فرانسه ازدواج می‌کند. وی هنگام بازگشت به ایران به گروههای فراماسونری می‌پیوندد که با حمایت انگلستان به‌طور پنهانی در امور مختلف کشور دخالت می‌کند.

امین تارخ و نیکی کریمی در هاوانا

نیکی کریمی و امین تارخ در فیلم جدید علیرضا رئیسیان با عنوان «پرونده هاوانا» همبازی شدند.

قصه این فیلم درباره دکتر پژمان است که با شرکتهای چندملیتی درگیر می‌شود.

حمیدرضا پگاه، ماه‌چهره خلیلی، اصغر همت، جمشید مشایخی، نیکو خردمند و... دیگر بازیگران این فیلم هستند.

بخشی از این فیلم در هاوانا پایتخت کوبا فیلمبرداری می‌شود.

قوش قابان رضا استادی

رضا استادی همکار مطبوعاتی ما ساخت فیلم نیمه بلند داستانی «قوش قابان» را به پایان رساند.

قوش قابان به معنای مترسک است و در آن فردین وکیلی، رضا مهری، روح‌الله وکیلی، امید وکیلی، عباس فتح، محمود وکیلی، آرش وکیلی، حسین فرامرزی و مهدی غلام حیدری ایفای نقش کرده‌اند.

قصه این فیلم درباره بچه‌های یک دبستان روستایی است که تصمیم می‌گیرند برای کمک به همکلاسی‌شان که پدرش فوت کرده، مترسکی بسازند. چرا که او به تنهایی مجبور به نگهداری مزرعه آفتابگردان پس از فوت پدرش نیست و...

فیلم‌ها به روایت گیشه

شمعی در باد	۷۰ روز	۳۶۸ میلیون تومان
سیزده گربه...	۵۰ روز	۲۱۹ میلیون تومان
گاو خونی	۵۵ روز	۲۲ میلیون تومان
قطار کودکی	۳۵ روز	۱۰ میلیون تومان
پروانه	۲۵ روز	۲۲ میلیون تومان
الهه زیگورات	۲۵ روز	۲۰ میلیون تومان
شاه خاموش	۲۰ روز	۳۰ میلیون تومان
لاک‌پشت‌ها هم..	۲۵ روز	۱۹ میلیون تومان
دفتری از آسمان	۵ روز	۹۰۰ هزار تومان

با پخش یک سریال قیمت فروش کلیه بالا رفت

مدیرعامل انجمن حمایت از بیماران کلیوی، دلیل افزایش قیمت کلیه را پخش یکی از سریالهای تلویزیونی در ماه مبارک رمضان عنوان کرد.

وی متذکر شده: در این سریال اعضای بدن یکی از شخصیت‌های سریال با قیمت بالا و غیرواقعی فروخته می‌شود که تأثیر زیادی بر افکار عمومی گذاشته است.

وی اضافه کرد: متأسفانه پس از پخش این مجموعه در انجمن حمایت از بیماران کلیوی شاهد پیشنهاد فروش کلیه تا مبلغ ۱۰ تا ۱۵ میلیون تومان بوده‌ایم.

از ما نشنیده بگیرید

به دنبال مجوز برای بازیگران قدیمی

گویا عده‌ای از تهیه‌کنندگان قصد داشتند برای حضور دوباره ناصر ملک‌مطیعی در سینما از هرآنچه که در توان داشتند استفاده کنند، اما در همان ابتدا به آنها اعلام شد که توان خود را هدر ندهید، ایشان مجوز نمی‌گیرند.

بازیگرانی که ملعبه دست کارخانجات می‌شوند

برخی از شرکتها و کارخانجات راه سرکیسه کردن و آب کردن کالاهای خود را خوب یاد گرفته‌اند و هرازگاهی با برگزاری جشن و یا مراسمی از هنرمندان و ورزشکاران می‌خواهند که در مراسم آنها شرکت کنند و جالب اینکه به هر بازیگر و یا ورزشکاری که در جشن کاملاً تبلیغاتی آنها شرکت کنند، مبلغ سیصد هزار تومان هدیه و دستخوش می‌دهند.

قیصر بازسازی نمی‌شود

بهروز افخمی پس از مدتها کش و قوس و جنجال مطبوعاتی اعلام کرد:

از بازسازی قیصر منصرف شده‌ام چرا که هنوز جناب کیمیایی نظر مساعد و موافق خود را برای این کار اعلام نکرده‌اند.

خبری جالب درباره «مهمان مامان»

جالب است بدانید که تا دقیقه نود قرار بود محمدرضا گلزار یکی از نقشهای اصلی فیلم مهمان مامان باشد و به دلایلی نشد و پارسا پیروزفر جای او را گرفت.

گلزار ازدواج می کند

مادر محمدرضا گلزار دوست دارد پسرش هرچه زودتر ازدواج کند اما محمدرضا تا به‌حال هیچ پاسخی به این خواسته مادر نداده است.

سی‌دی دوئل قبل از اکران در بازار

واقعاً مسوولان سینمایی باید فکری به حال این وضعیت بکنند و نگذارند عده‌ای سودجو با اقتصاد و سرمایه تهیه‌کنندگان بازی کنند.

هنوز فیلم «دوئل» به اکران عمومی درنیامده، سی‌دی غیرمجاز آن در بازار وجود دارد. این درحالی است که قبل از آن هم «مهمان مامان»، «کما»، «مارمولک» و... این بلا سرشان آمده بود.

✓ فعالیت سه بازیگر سینما ممنوع شد. محمدرضا گلزار، بهمن مفید و سعید کنگرانی سه بازیگری هستند که حق فعالیت در سینما را ندارند.

✓ بعضی از تله تئاترهای پخش شده از تلویزیون به جای ضبط در استودیو در آپارتمان ضبط می‌شوند.

✓ هفته گذشته سیف‌الله داد از بیمارستان مرخص شد.

کم داشتن و پر گفتن مثل نداشتن و زیاد خرج کردن است ● ناپلئون

بی‌گناه

کارآگاه «پولو» با رضایت کامل، پیپ خود را روشن کرده، گوشه لب گذاشته بود و می‌کشید.

او در ایستگاه راه‌آهن در انتظار رسیدن قطار ساعت شش و چهل و پنج دقیقه بعدازظهر بود، که «هری موریس» بایستی با آن بیاید.

«پولو» با «هری» دوستی و آشنایی قدیمی داشت. ولی خود را خیلی مفتخر می‌دانست که از این مرد شریف استقبال می‌کند. «پولو» چند سال بود که در «کریت‌گتن» کار می‌کرد و تنها کارآگاه این شهر کوچک به‌شمار می‌رفت.

او خیلی خوشحال بود که توانسته است، پس از ده سال اشتباهی را که دادگستری کرده، برطرف کند و یک بیگناه را از زندان نجات دهد. مدت ده سال تمام یک بیگناه در زندان بود و کارآگاه «پولو» توانسته بود با تلاش زیاد او را از زندان نجات دهد. او حالا دیگر به این اصل معتقد بود که ممکن نیست بیگناه مجازات شود، و سرانجام نجات خواهد یافت.

«هری موریس» نقاش هنرمندی بود که در شهر کوچک «کریت‌گتن» زندگی می‌کرد. او کلبه زیبایی در کنار خلیج داشت و با استفاده از مناظر زیبا و دلفریب خلیج و قایقهای ماهیگیری به نقاشی می‌پرداخت.

یک سال بعد از اقامت «هری موریس» زن جوانی وارد این شهر کوچک شد. او خیلی زود با «موریس» آشنا شد و نزد او به آموزش نقاشی پرداخت. تا اینکه یک روز صبح جسد «لوسی لودویک» درحالی که دو گلوله در قلب او شلیک شده بود، پیدا شد. سوءظن در مرحله اول، متوجه «موریس» شد، زیرا «لوسی» هیچ دوست و آشنایی جز «هری» نداشت.

«هری موریس» در تحقیقاتی که از او شد گفت که شب قبل از حادثه «لوسی» برای آموزش نقاشی منزل او بود و «هری» به او گفت که استعداد او در نقاشی آنقدر نیست که بشود آن را پرورش داد.

«لوسی» هم خود به این موضوع پی برده و موافقت کرده بود که دیگر برای حضور در کلاس به منزل «هری» نرود.

اما مأموران تحقیق و دادگاه گفته‌های «هری» را نپذیرفتند و «هری» هم دلیلی برای اثبات صحت گفته‌های خود نداشت. پلیس آلت جرم و اسلحه‌ای که «لوسی» با آن به قتل رسیده بود را پیدا نکرد، اما با این حال «هری» را به زندان فرستاد.

«هری» در دادگاه به حبس ابد محکوم شد، اما «پولو» که آن زمان کارآگاه بود در مورد جرم «هری موریس» شک و تردید داشت. او نمی‌توانست باور کند یک نقاش، قاتل باشد. و به این ترتیب آرام آرام به تحقیقات خود ادامه داد.

«پولو» متوجه شد که «لوسی لودویک» یک نام جعلی است و مقتوله هرگز با آقای «لودویک» ازدواج نکرده است.

آقای «لودویک» دارای سه فرزند بود و اگرچه با همسر خود روابط تیره‌ای داشت، اما به خاطر بچه‌ها حاضر به متارکه نبوده است.

«پولو» متوجه شد نام اصلی لوسی، «لوسی جکسون» است. چند سال طول کشید تا او توانست «دونالد جکسون» شوهر لوسی را پیدا کند.

او در یک آسایشگاه مسلولان بستری بود و امیدی به نجات از بیماری سل نداشت.

«پولو» چند بار با «دونالد جکسون» ملاقات کرد تا اطلاعاتی از او به دست بیاورد، ولی در این ملاقاتها «دونالد جکسون» از دادن هر اطلاع مفیدی به «پولو» خودداری می‌کرد و تنها در آخرین ساعات زندگی‌اش بود که «دونالد» سکوت را شکست...

او ساعتی قبل از مرگ «پولو» را به بالین خود احضار و اعتراف کرد که او «لوسی» را در هتل محل اقامتش به قتل رسانده است، زیرا «لوسی» او را ترک کرده بود و تصمیم داشت با آقای «لودویک» ازدواج کند. پس از کمی جستجو آلت قتاله هم پیدا شد و بی‌گناهی «هری موریس» اثبات و از زندان آزاد شد.

«هری موریس» بعد از آزادی از زندان تصمیم گرفت در همان شهر «کریت‌گتن» بماند و دوباره نقاشی کند و حالا «پولو» در ایستگاه راه‌آهن منتظر بود تا به آن مرد بی‌گناه خوشامد بگوید و اگر کمکی می‌خواهد دراختیار او قرار دهد.

قطار به موقع وارد ایستگاه شد و «هری موریس» از آن پیاده شد. او در زندان کمی چاق شده، اما صورتش رنگ پریده بود. وقتی او از پله‌های قطار پایین آمد، کارآگاه «پولو» جلو رفت و به او خیرمقدم گفت. «هری موریس» گفت:

- «پولو» تشکر می‌کنم. من آزادی خود را مرهون تو هستم.

- تو نباید از من تشکر کنی. من وظیفه خودم را انجام دادم. خوب «هری» حالا بگو نقشه‌ات چیست و چه کار می‌خواهی بکنی و از همه مهمتر کجا می‌خواهی بمانی؟ می‌دانی که کلبه ساحلی تو را به خاطر عدم پرداخت مالیات و عوارض سالانه، حراج کردند. البته تو می‌توانی به خانه من بیایی. ما دو اتاق خالی داریم که می‌توانی آنجا بمانی. اجاره هم لازم نیست بدهی.

- خیلی از لطف تو متشکرم، ولی احتیاج به این کارها نیست. من آدم فقیری نیستم. روزی که به زندان رفتم، شش هزار دلار پول نقد داشتم که حتماً حالا حداقل دو برابر شده‌است، فعلاً در یک هتل می‌مانم تا بعد از دولت و دادگاه درخواست خسارت کنم. آنها باید ضررهایی که در این ده سال به من وارد شده، پرداخت کنند. ضمن آنکه الان فقط می‌خواهم تنها باشم و به جاهایی که مدتهاست نرفته‌ام بروم.

- بسیار خب. من تو را تنها می‌گذارم. موفق باشی.

و بعد در جلو ایستگاه راه‌آهن آنها از هم جدا شدند. «هری» به سمت خیابان اصلی شهر رفت، اما «پولو» هنوز ایستاده بود و رفتن او را تماشا می‌کرد.

«هری» هنوز چند قدمی در خیابان جلو نرفته بود که ناگهان اتومبیلی به سرعت از عقب به او نزدیک شد و چند گلوله به او شلیک کرد.

«هری» به زمین افتاد و اتومبیل کنار جسد توقف کرد. جوانی به سرعت از آن پیاده شد و کیف دستی «هری» را برداشت و آن را گشت. بعد دست در جیب بغل «هری» کرد و چیزی درآورد و دوباره داخل اتومبیل پرید و قبل از آنکه مردم و حتی «پولو» متوجه شوند به سرعت از آن محل دور شد و هیچ اثری از خود برجای نگذاشت.

«موو پولو» سه روز تمام غذا نخورد و فقط به «هری» فکر کرد:

«هری موریس» در اینجا قوم و خویش و آشنایی نداشت. بنابراین قتل انگیزه خانوادگی نداشته. در زندان هم گوشه‌گیر بوده است. ضمن آنکه موضوع پول داشتن و موجودی «هری موریس» مسأله مهمی بود. راستی این پول در کدام بانک بود. در «کریت‌گتن» سه بانک وجود داشت، اما تنها بانکی که از ده سال قبل در اینجا وجود داشت، بانک عمومی «اد جانز» بود.

بعدازظهر آن روز «پولو» به دفتر کار «اد جانز» رفت. او مختصری از علت ملاقات خود را به او گفت. «اد جانز» با دقت به توضیحات «پولو» گوش کرد و گفت:

- بسیار خب. من الان پرونده‌های ده سال قبل را می‌آورم تا ببینیم آیا حسابی به نام «هری موریس» داشته‌ایم یا نه؟ نام او را به خاطر دارم. او ده سال قبل به بانک می‌آمد و همیشه چک یکی از بانکها را با خود می‌آورد که نقد کند. من خیلی از او خواستم تا نزد ما حساب باز کند، اما الان به خاطر ندارم که بالاخره حساب باز کرد یا نه. با این حال به پرونده‌ها نگاه می‌کنم و می‌گویم که آیا او حساب باز کرده یا نه؟ راستی «پولو» تو قایق جدید مرا دیده‌ای؟ یک روز یک‌شنبه حتماً بیا خانه ما تا با هم سوار قایق شویم و برای ماهیگیری به دریا برویم.

«پولو» سری به علامت رضایت تکان داد. «اد جانز» مدیر بانک شخصاً مشغول بررسی پرونده‌ها شد. و بعد از دقایقی گفت:

ـ من هرچه گشتم، اثری از حسابی به نام «هری موریس» پیدا نکردم.

کارآگاه از بانک خارج شد و سر راه به منزل قاضی «هاف» رفت. و وقتی از آنجا خارج شد، خیلی ناراحت به نظر می‌رسید. از آنجا به منزل رفت و به همسرش گفت:

ـ تلاشهای امروز من به جایی نرسید. فقط فهمیدم که قانونی وجود دارد که به موجب آن هر پولی که ده سال تمام در یک حساب بانکی بماند، و کسی به سراغ آن نرود خودبه‌خود به دولت منتقل می‌شود و هر وقت صاحب پول پیدا شد، می‌تواند موجودی خود را با سود و بهره از دولت بگیرد، ولی «هری» از بین رفته و هرگز نمی‌تواند پول خود را از دولت بگیرد.

ـ نکند می‌خواهی بگویی که «اد جانز» مدیر بانک چون می‌دانسته است که «هری» دیگر از زندان نمی‌آید، امضای او را جعل کرده و پولهایش را برداشته و حساب او را بسته است؟

ـ بله، بله، همه چیز امکان دارد. «اد جانز» تازگی‌ها خیلی پولدار شده. او قایق تفریحی و یک خانه بزرگ و لوکس خریده است. حال این پولها از کجا آمده، معلوم نیست! من حتی می‌خواستم اجازه‌نامه کتبی بگیرم تا حسابهای بانک را بررسی کنم اما قاضی «هاف» چنین اجازه‌ای به من نداد. حالا فقط باید به بلوف متوسل شوم و به دروغ ادعا کنم که می‌خواهم دفاتر بانکها را به دست بیاورم.

روز بعد «پولو» به بهانه آنکه مقداری پول از حساب خود بردارد به بانک رفت و به صندوقدار بانک گفت که از قاضی اجازه دارد دفاتر بانکها را بازرسی کند.

بعد هم به دفتر کار خود رفت و دستور داد مأموران پلیس تنها جاده‌ای که به خارج شهر می‌رفت را زیرنظر بگیرند. خودش هم با ماشین به کنار بندر رفت. ساعت حدود دو نیمه شب، اتومبیلی با نور کم کنار اسکله شماره دو که قایق تفریحی «اد جانز» آنجا لنگر انداخته بود، متوقف شد. «اد جانز» به همراه «فرد سکال» کارمند بانک از آن پیاده شدند. آنها چمدانهایی را از صندوق عقب ماشین برداشتند و داخل قایق بردند و بعد خودشان هم سوار قایق شدند. همین که «اد جانز» و همراهش خواستند موتور را روشن کنند، «پولو» تأمل را جایز ندید، به طرف قایق دوید، خود را داخل آن انداخت و چند گلوله شلیک کرد.

صبح روز بعد «پولو» گزارشی به این شرح را دراختیار خبرنگاران قرار داد:

«ماجرای دیشب فقط در ارتباط با موجودی حساب «هری موریس» نیست، بلکه این دو نفر، کلیه موجودی حسابهای راکد و بدون صاحب را با جعل امضاء ربوده و در مدتی کمتر از هشت سال حدود ۳۸۰ هزار دلار از موجودی حسابهای راکد را برداشته‌اند. آنها تصور می‌کردند که «هری» دیگر نمی‌تواند از زندان خارج شود، بنابراین با جعل امضاء، پول او را از حسابش خارج کردند. اما وقتی «هری» از زندان آزاد شد، آنها احساس کردند که به سراغ موجودی خود خواهد آمد و آن‌وقت پرده از اسرار آنها برداشته می‌شود، بنابراین تصمیم گرفتند که همان لحظات اول، او را از پای درآورند. آنها بعد از اینکه به او شلیک کردند، دفترچه پس‌انداز و دسته چک او را که تنها مدرک موجود بود، برداشتند.

آن شب همسر «پولو» از او پرسید:

ـ تو چطور به «اد جانز» مشکوک شدی؟

ـ فقط یک اشتباه کوچک «اد جانز» باعث شد تا به او شک کنم. و آن اشتباه این بود که وقتی از او پرسیدم «هری موریس» در بانک او حساب داشته یا نه؟ او به جای آنکه از کارمندانش سؤال کند، خودش جواب منفی داد. بعد هم شخصاً دفاتر و پرونده‌ها را نگاه کرد. درحالی که مدیر یک بانک هیچ‌وقت این کار را خودش انجام نمی‌دهد و همیشه از متصدیان مربوطه سؤال می‌کند.

■

هنر توی اردوی مدرسه‌ها

بقیه از صفحه ۱۱

✧ ✧ خواهرم دیپلم گرفته و در یک شرکت مشغول کاره و برادرم فوق لیسانس برنامه‌ریزی شهری است البته متأسفانه درحال حاضر با وجود همسر خانه‌دار بیکار می‌باشد.

✧بیکار چرا؟

✧ ✧خوب کار موردنظر در شهرستان نیست، البته درحال حاضر بنایی ساختمان می‌کنه تا خودش و زنش چرخ زندگی را بگذرانند، تازه خانمش هم لیسانس داره ولی خیاطی می‌کنه.

✧تا حالا دنبال کار بودن یا رفتن؟

✧ ✧ بله، خیلی جاها ثبت‌نام کردن و امتحان دادند ولی قبول نشدن!

✧اینجا روزی چقدر می‌گیری؟

✧ ✧روزی دو هزار و پانصد تومان.

✧برای این کار طاقت‌فرسا کافیه؟

✧ ✧نه، ولی چاره‌ای ندارم، باید کار کنم. اینجا با بچه‌ها دوست شدم و با آنها حرف می‌زنم، چیز یاد می‌گیرم، خوب این مزیت‌ها را داره.

از اینکه محیط را جارو می‌زنی، آن هم در مقابل بچه‌هایی که تقریباً هم‌سن و سال خودت هستند، ناراحت نیستی؟ البته از قبل به دلیل همت والای او و اعتماد به نفسش او را تحسین کردم و به او اطمینان دادم با این درایت و استعداد حتماً پله‌های ترقی را یکیِ یکی طی خواهد کرد.

اول کمی برام سخت بود، فکر می‌کردم این بچه‌ها همه در ناز و نعمت هستن، ولی وقتی با آنها آشنا شدم دیدم اشتباه فکر می‌کردم. آنوقت کار برایم آسان شد.

✧تو خونه به مادرت کمک می‌کنی؟

✧ ✧بله، ساعت شش که می‌روم خانه مادرم دیگه راحته، چون بقیه کارها به من سپرده می‌شه و او استراحت می‌کنه.

✧آشپزیت چطوره؟

✧ ✧بد نیست، غذاهای محلی خوبی می‌پزم.

✧دریا و جنگل را چطور می‌بینی؟

✧ ✧ دریا مظهر آرامش و جنگل با این همه زیبایش استواری را به من آموختن.

باید به جوانانی که این‌چنین با کار و تلاش و پشتکار فراوان خود را به مراحل بالاتر می‌رسانند و نمایانگر یک انسان ارزشمند و واقعی هستن آفرین و درود گفت. از اینکه با او هم‌صحبت شده بودم خوشحال بودم. از او قول گرفتم که روزهای بعد هم ببینمش.

مصاحبه با یک دخترخانم ۱۴ ساله

✧اسمت چیه، چند سالته، کدام منطقه؟

✧ ✧فهیمه، ۱۴ ساله، منطقه دوازده تهران.

✧از اردو راضی بودی؟ (آخرین روز اردو)

✧ ✧بله، بد نبود، اما صبح زود بیدار شدنها، چهار فعالیت در طی روز، خاموشی ساعت ده و نیم، همه اینها به صورت اجباری بود، ولی باز هم چون با دوستانمون بودیم خوش گذشت.

✧مبلغی که پرداخت کردید چقدر بود، می‌ارزید؟

✧ ✧دوازده هزار تومان پول دادیم و با توجه به هزینه‌هایی که شده خوب بود.

✧اگه بشه باز هم می‌آیی اینجا؟

✧ ✧ بله.

✧زندگی گروهی چطوره؟

✧ ✧یک کمی سخته، مثلاً قابلمه بزرگ را باید بشوییم، برای گرفتن غذا تو صف بایستیم، اما خیلی چیزها یاد گرفتیم. من مسوولیت‌پذیری، وقت‌شناسی، پایمال نکردن حق دیگران و نظم و انضباط یاد گرفتم.

✧در کدام کلاس هنری شرکت کردی؟

✧ ✧نقاشی روی سفال.

✧نظرت راجع به کلاس و معلم چیه؟

✧ ✧سن معلم پایین بود و ما راحت بودیم و خیلی در آموزش به ما کمک می‌کرد.

✧ حالا اگه چیزی به ذهنت می‌رسه که به من بگی، بگو.

✧ ✧ راستش خانم، ما دوست داریم شبها تا دیروقت بیدار بمانیم و بخندیم و حرف بزنیم، اما مربیها نمی‌گذارن، ولی یواشکی این کار را می‌کنیم، بهمون قول دادن شب آخر آزادید! هر کسی هر وقت دوست داره بخوابه.

✧راستی با بچه‌ها به خرید رفتید؟

✧ ✧بله، کلی سوغات خریدیم، ولی با سختی، چون مغازه خیلی شلوغه یک مغازه و دوتا فروشنده و این همه دانش‌آموز. خرید کردن خیلی مشکله. بالاخره با هزار زحمت موفق شدیم.

✧از بیرون اردوگاه نمی‌شد خرید کرد؟

✧ ✧ به ما گفتن اینجا با تخفیف می‌فروشند، بیرون هم موقع برگشت نگه می‌دارن.

صحبتم را با فهیمه که یک کلاه حصیری گرد روی سرش گذاشته بود و مرتب با روبان بنفش کلاهش بازی می‌کرد، با تشکری به پایان رساندم و رفتم دنبال دویدن‌های اردو.

چی شده؟

آخرین روز اردو که تقریباً توانستم نفسی بکشم و قدمی در محوطه که مسابقات ورزشی برگزار می‌شد بزنم که چشمم به یکی از دانش‌آموزان با چشمهای اشک‌آلود و چهره‌ای دردناک که دو دستش را بر روی شانه‌های دوستانش انداخته بود افتاد.

✧گفتم چی شده؟

✧ ✧ با بغض گلو، خانم داشتم فوتبال! بازی می‌کردم خوردم زمین، فکر کنم مچ پام پیچ خورده.

به او کمک کردیم و راهی درمانگاه اردوگاه شد. عشق به فوتبال در بین نوجوانان دختر با اعلام این خبر که دخترها هم می‌توانند برای دیدن فوتبال به ورزشگاه بروند چند برابر شده است. من این خبر را در روزنامه‌ای که روی صندلی اتوبوس هنگام برگشت افتاده بود خواندم که جمله خوبی برای پایان سفرم باشد.

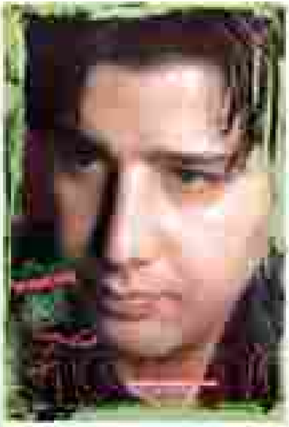
■

چاپلوسی هم گوینده را فاسد می کند و هم شنونده را.

• کارنگی

زیر نظر: جبار آذین
تلفن: ۲۹۹۹۳۳۸۲
Jahan_e_honar @ hotmail.com

عاشق دروغگو



«دروغگو»ی فرشید رشیدا به بازار آمد

فرشید رشیدا متولد ۵۱/۳/۲۰، فوق دیپلم رشته صنایع غذایی و فارغ‌التحصیل رشته مهندسی کشاورزی است که از سال ۷۹ با جدی گرفتن خواندن وارد دنیای حرفه‌ای این کار شد.

دروغگو نام اولین تجربه او در زمینه خواندن است که از ۹ قطعه به نامهای «وعده»، «همسایه»، «دروغگو»، «آرزو»، «فانوس»، «پرستو»، «پلنگ عاشق»، «برادر»، «ترمه» و «دریایی» به همراه یک قطعه میکس با اشعاری از سعید دبیری، فرهنگ قاسمی، اکبر آزاد، سهیلا محمدی‌نیا، مرجان زنگنه و الهه حسینی و آهنگسازی فرشید رشیدا، مازیار تقی‌بیک، سعید دبیری، اکبر آزاد و مهدی زنگنه و تنظیم‌کنندگی نیما نورمحمدی تشکیل شده است.

قطعه «دروغگو» که شاید مهمترین قطعه این آلبوم باشد، دارای ملودی کاملاً شادی است که پا را فراتر از محدودیتها گذاشته است. شعر این ترانه دارای مضمونی اجتماعی و در قالب طنز است به طوری که از همه نظر با بقیه قطعات آلبوم تفاوت دارد. همچنین یک شعر چند وزنی است با دو جنبه مثبت و منفی که برمبنای ملودی سروده شده است و درحال شوخی و بی‌تفاوتی اعتراضش را به شخص مقابل در مقوله عشق اعلام می‌کند.

فرشید طی گفتگویی با خبرنگار جهان هنر با اشاره به فعالیت سه ساله‌اش در راه تولید این آلبوم گفت: نیاز جامعه ما در موسیقی به مرور زمان تغییر می‌کند که شناخت این نیازها مهمترین دستور کاری است که یک موزیسین در طول زندگی هنری‌اش باید آن را به کار بگیرد و رعایت کند، همه آنهایی که برای اولین بار قرار است آلبومی را به بازار ارائه دهند، در تمام طول کار این دغدغه را دارند که در انتها آلبومی را ارائه دهند که بازارپسند باشد به‌طوری که بتواند نیاز و علایق شنونده‌ها که قشر کثیری از آنها را جوانها تشکیل می‌دهند پاسخ دهد. ما هم سه سال صبر کردیم و در این مدت وسواس زیادی به خرج دادیم، به دنبال شعر خوب گشتیم، روی اشعار، آهنگها و تنظیم‌های قابل قبولی اجرا کردیم به این امید که این آلبوم بتواند در بین قشر جوان جایی را برای خود باز کند و این آرزوی قلبی همه ماست.

گفتنی است که فرشید رشیدا درحال حاضر مشغول جمع‌آوری اشعار و ساخت ترانه برای آلبوم دومش است.

امیر سرگزی و تولید چهار آلبوم

امیرحسین سرگزی از آهنگسازانی است که اخیراً با ارائه آثاری قابل قبول، خود را در عرصه موسیقی مطرح کرده است. طی گفتگویی با «جهان هنر» امیر از آخرین آثارش به شرح ذیل خبر داد:

دارم عاشق می‌شم

یکی از آلبومهایی که حساسیت زیادی روی آن دارم آلبوم «دارم عاشق می‌شم» با صدای محمد علیزاده است که تصمیم دارم پس از تکمیل دیگر آلبومهایی که در دست دارم، فکر و نیرویم را روی اثر بعدی او و راه‌اندازی کنسرت برای وی متمرکز کنم. این اثر که برای پخش به شرکت فرهنگی ـ هنری شاخه طوبی واگذار شده است از قطعاتی به نامهای لب خاموش، همخونه، سنگ صبور، تمنا، باغ شقایق، سکوت، گل من، یادلار (یک ترانه ترکی) تشکیل شده است که مشفق کاشانی، رسول یونان، داوود لطف‌الله، مریم دلشاد، هانا هنجنی و مهدیه عرب اشعار آنها را سروده‌اند و حضور یغما گلرویی به عنوان ترانه‌سرا در آلبوم دوم این خواننده حتمی شده است. در ضمن برخی از قطعات این آلبوم برای پخش از صدا و سیما نیز انتخاب شده‌اند.

بدون مهتاب

پارسا منصوری دیگر خواننده‌ای است که با یاری هم آلبومی به نام «بدون مهتاب» را برای پخش آماده دارد. شب بارانی، بچگی، جاده، شازده دوماد، غریبه، جادو و... نام قطعاتی است که پنج تا از آنها توسط بنده و سه تا نیز توسط بابک تقی‌خانی آهنگسازی و تنظیم شده‌اند. داوود لطف‌الله، خلیل جوادی، نیلوفر لاری‌پور، مریم دلشاد و مرجان صابری شاعران این آلبوم هستند. در ضمن در این اثر، یک قطعه قدیمی و آشنای افغانی نیز بازخوانی شده است.

نقاشی و...

«نقاشی» نام آلبوم اول محمد رنجبران است و برای آلبوم دیگر او که فعلاً بی‌نام است و آن را به سفارش شرکت فرهنگی ـ هنری آوای برگ تولید می‌کنیم، پنج قطعه آماده شده است که اشعار آن از بین سروده‌های نیلوفر لاری‌پور، مهشاد عرب، هانا هنجنی، مهدیه عرب و... با نامهای مهلت، شازده خانم شرقی، شاه‌پری غزل‌پوش، حامی، خاتون و... انتخاب شده‌اند.

در این آلبوم که در استردیو رهگذر با صدابرداری امید نیک‌بین درحال ضبط است، در کنار من، بابک تقی‌خانی و عماد رضانکویی نیز به عنوان آهنگساز و تنظیم‌کننده حضور دارند.

آلبوم قربانی

و فرهاد قربانی نیز آخرین خواننده‌ای است که درحال انجام و اتمام مراحل تولید آلبومش هستیم. یغما گلرویی، افشین یداللهی، حمیدرضا بیات و زهره کیوان‌پور شاعران این آلبوم هستند و حمید علیزاده نیز ساخت سه ترانه آن را برعهده داشته است.

ترانه برگزیده

ترانه «فاصله‌ها» با شعری از سیدفرید احمدی از آلبوم «غریبه» ـ به عنوان پرفروش‌ترین آلبوم سال ـ با صدای فریدون آسرایی و آهنگ و تنظیمی از بهروز صفاریان، برای این هفته به عنوان ترانه برگزیده انتخاب شده است که شعر آن را می‌خوانید:

دستامون اگر که دوره، دلامون که دور نمی‌شه
دل من جز با دل تو، با دلی که جور نمی‌شه
تو می‌خوای مرمر قلبت، آب شه با گرمای عشقم
دلت از سنگ عزیزم، سنگی که صبور نمی‌شه
فاصله‌ها، فاصله‌ها، اونو به من برسونید
فاصله‌ها، فاصله‌ها، درد منو نمی‌دونید
بردن اسم تو از یاد، کاریه که خیلی سخته
دل تو نقش یه قلبه، که تو آغوش درخته
تو دلم همیشه جاته، همیشه دلم باهاته
یاد من هرجا که باشی، مثل سایه پابه‌پاته
فاصله‌ها فاصله‌ها، اونو به من برسونید
فاصله‌ها، فاصله‌ها، درد منو نمی‌دونید

«کمربندها را ببندید»، «خانه به دوش» و «من یک مستأجرم» زیر ذره‌بین روان‌شناس

زن ذلیلی و مردستیزی

فرزانه صداقت

سریال «من یک مستأجرم» مدتی است که از سیمای جمهوری اسلامی ایران به نمایش درمی‌آید. «کمربندها را ببندید» نسبت به «من یک مستأجرم» جدیدتر است و «خانه به دوش» سریالی است که از شب اول ماه رمضان پخش شده است.

موضوع محوری متن حاضر درباره این سه سریال به ظاهر موفق «مد» جدیدی است که در آنها دیده می‌شود؛ مد «زن ذلیلی» و دیالوگهای توهین‌آمیزی که زنها خطاب به شوهرانشان ادا می‌کنند!

این زنان، فریادزنان لفاف بدی را به کار می‌برند و با توهین و تحقیر و تحکم با مردانشان رفتار می‌کنند. آنها آنچنان این کار را عادی نشان می‌دهند که انگار جزء مناسبات زناشویی است و اصلاً می‌بایست چنین رفتار می‌شد و همسرشان مورد حمله قرار می‌گرفت!

درحالی که اگر با خود خانم‌ها چنین رفتار شود، قهر می‌کنند و پشت پا به دوام کانون خانواده خود می‌زنند!

مردان گماشته!

در سریال «من یک مستأجرم» با تعدادی خانم (حیفم می‌آید بنویسم محترم!) روبرو هستیم که گویی صاحب و مالک شوهرانشان هستند و شوهرانشان گماشته ایشان!

مثلاً در صحنه‌ای، دزدی مشغول فرار از مجتمع آپارتمانی آنهاست، هیچ‌یک از مردها به غیر از حرکات هیستریک (واکنش‌های تبدیلی از دید روان‌شناختی) کار دیگری نمی‌کنند و می‌گذارند که دزد بگریزد. در این میان خانم فربه‌ای که از قضا همیشه هم همسرش را متهم به بیکاری و بی‌عاری می‌کند، به دنبال دزد می‌رود!

اگر قرار است از «مقام و شخصیت زن» صحبت و دفاع شود، در اینجا نیز بهتر است که از «مقام و شخصیت مرد» هم سخن به میان آید. چهره‌ای که در این سریال و فیلم‌ها و سریالهای مشابه از «مرد» ارائه می‌شود، فرسنگها با چهره اسطوره‌ای و آرمانی مردان در فرهنگ و آیین و نیاکان ما فاصله دارد.

در فرهنگ ایرانی «مرد» به عنوان مدیر و رئیس خانواده شمرده می‌شود. تکیه‌گاه و مرکز ثقل خانواده است و به جای اینکه این دید انسانی و والا اشاعه یابد و مقام واقعی مرد ایرانی به خانواده‌ها گوشزد شود و اگر خللی هم در آن به‌وجود آمد، از طرق مختلف از جمله رسانه‌ها اصلاح شود، متأسفانه در رسانه پربیننده‌ای مانند «سیما» باید شاهد چنین هتک حرمتهایی نسبت به مردان زحمتکش جامعه باشیم.

طلاق، مثل آب خوردن!

در سریال «کمربندها را ببندیم» دختر صاحب هواپیمایی با شوهر آینده‌اش «اسکندر روان‌بخش» چنان رفتارهای تحقیرآمیز و مسخره‌ای دارد که تاءسف‌برانگیز است.

در قسمتی از این سریال مادری دختر کودکش را تنها و توسط ایشان به جزیره کیش می‌فرستد تا پدرش سرپرستی‌اش را به عهده گیرد، صرف‌نظر از اینکه کار این مادر بسیار غیرقابل بخشش است. تمام اعضای آژانس هواپیمایی آنچنان راحت از «طلاق» و «طلاق دادن» و «طلاق گرفتن» صحبت می‌کنند که گویی مشغول «آب خوردن» هستند. آنها آنقدر قبح طلاق را می‌ریزند که انگار باید همه این کار را انجام دهند و اصلاً این حرفها حرف بدی نیست!

زن سالاری

در بعضی از قسمت‌ها، بخصوص قسمت اول سریال خانه به‌دوش همسر آقاماشاءالله رفتارهای بسیار خشن و توهین‌آمیزی نسبت به آقاماشاءالله دارد. شوهری که گناهش این است که: «حرام‌خور نیست» و هندوانه‌فروشی را به مال مردم خوری ترجیح داده است.

از دیالوگهای «پرنیش و کنایه» گرفته تا فریادها و توهین‌های علنی این سریالها تأثیرات بسیار منفی در خانواده‌ها گذاشته است.

صدا و سیما حتماً به خاطر دارد که: «ما برای وصل کردن آمدیم، نی برای فصل کردن آمدیم...»

یکی از صاحب‌نظران در روان‌شناسی یادگیری به نام «بندورا» ثابت کرده است که «یادگیری مشاهده‌ای» از قدیمی‌ترین نوع یادگیری است.

او نشان داد کودکانی که فیلم‌های پر از فحاشی و خشونت می‌بینند، چند برابر بیشتر از کودکانی که این فیلم‌ها را نمی‌بینند مبادرت به پرخاشگری «کلامی» و «وسیله‌ای» می‌کنند.

این راهش نیست

اگر می‌خواهیم مردم بخندند و انبساط خاطر داشته باشند، این راهش نیست. نخواهیم ابرو را درست کنیم و بزنیم چشم را کور کنیم.

مردان تحت استرسهای مالی و شغلی و عاطفی زیادی قرار دارند، نخواهید با استرسهای مضاعف و بی‌مورد بیشتر تحت فشار قرار بگیرند. فقط یک «روز پدر» متعلق به ایشان نیست. تمام روزهای سال متعلق به خوشبختی همه است.

ماجرای سینما رفتن من و عیال

من پنج نفررو کشتم!

سالگرد ازدواج من و عیال بود. تصمیم گرفتیم به تماشای یک فیلم جدیدالاکران برویم. شنیده بودیم فیلم «درخشنده‌ای» است و چندین اسکار وطنی را درو کرده است! با هزار و یک بدبختی و صرف هزینه بسیار - سینه‌خیز - خودمان را به سینما رساندیم، اما ظاهراً تأخیر داشتیم. وارد سالن تاریک که شدیم، کنترلچی چراغ قوه‌اش را مثل بازجوها در صورتمان انداخت. بگذریم. فیلم شروع شده بود و ما از اینجا به تماشا نشستیم که: یک افلاطون بچه بورژوا، عاشق یک بودای مؤنث شده بود. ابیگم مذکور با انفارکتوس به «نیروانا» رسید و افلاطون بچه از غصه معتاد شد.

کم‌کم «اکس‌پارتی» داشت جانشین بودابازی می‌شد که ناگهان تمرکزم به هم ریخت. دختر و پسری که انشاءالله زن و شوهر بودند، جلوی ما نشسته بودند و ناخواسته تماشای «دو فیلم با یک بلیت» قسمت‌مان شده بود. (اکنون ناگزیر از شطرنجی کردن پلانهایی از فیلم دوم هستم!) از فرط حواس‌پرتی، تنها بعد از روشن شدن چراغهای سالن متوجه تمام شدن فیلم شدم.

هنگام خروج از سینما، عیال از فیلمبرداری بی‌نظیر فیلم می‌گفت و من از بازیهای زیرپوستی فوق‌العاده بازیگران! بعد هم برای پرکردن باقی ساعات سالگرد ازدواج - قدم زنان و نرم‌نرمک - رفتیم و رفتیم تا رسیدیم به محله پشت شهرداری.

آنجا هیاهوی عجیبی برپا بود. صداهای درهم و برهمی به گوش می‌رسید: «مارمولک» هزار تومان... «مهمان مامان» رسید... «باج‌خور» با کیفیت عالی... حراج «مصائب مسیح»... خلاصه جشنواره‌ای از فیلم‌های قاچاق برپا بود. خوشبختانه نه نیازی به کارت خبرنگاری بود و نه خبری از صفهای کیلومتری متقاضیان و واسطه‌های بلیت‌های جشنواره.

«مهمان مامان»، چیپس، تخمه و هندوانه‌ای خریدیم و راهی منزل شدیم. به سرعت زیرشلواری راه‌راهی به تن کردم و روبروی تلویزیون ولو شدم.

درحین تماشای فیلم، بی‌مزاحم چرت چرت تخمه می‌شکاندم و هرهر می‌خندیدم و شرشر اشک می‌ریختم.

خلاصه همه اینها را گفتم تا بدون مقدمه سراغ دستورالعمل‌های زیر نرفته باشم:

۱ـ هر هفته یک بار به پشت شهرداری سری بزنید.

۲ـ از شعاع سه کیلومتری سینما هم رد نشوید.

۳ـ در هنگام تماشای فیلم، پوشیدن پیژامه و شکستن تخمه الزامی است.

۴ـ اگر کسی گفت، من پنج نفررو کشتم و این جمله را چند بار تکرار کرد، مطمئن باشید او یا معتاد است یا بهترین بازیگر نقش اول مرد.

۵ـ توجه بیش از حد به بازیهای زیرپوستی! تمرکز شما را به‌هم می‌زند.

۶ـ برای یادگیری جدیدترین تکنیک‌های رقاصی و مطربی، فیلم ایرانی زیاد تماشا کنید.

۷ـ اگر این دستورالعمل‌ها به کارتان آمد، ما را هم دعا کنید.

ملتمس دعا: «سعید نوری»

هر اندیشهٔ شایسته‌ای به چهره انسان زیبایی می بخشد

• روسکین

هاشمی‌طبا خوب یا بد؟!

زیر نظر: بابک پورعالی

پس از کنار رفتن مهندس مصطفی هاشمی‌طبا از رأس کمیته ملی المپیک اظهارنظرهای متفاوتی نسبت به عملکرد وی در ورزش ایران از سوی اهالی ورزش صورت گرفت. هاشمی‌طبا دوازده سال در سازمان تربیت بدنی و کمیته ملی المپیک عنصری تأثیرگذار در ورزش ایران بود و این حضور بلندمدت وی در این دو نهاد باعث گردید که پس از جدایی کامل او از ورزش ایران عده‌ای نسبت به عملکردش در سازمان و کمیته المپیک انتقاد کنند و از سوی دیگر، عده‌ای نگاهی مثبت به هاشمی‌طبا داشتند و دارند و او را فردی مؤثر و کارآمد برای ورزش ایران می‌دانند. به هرحال پس از جدایی هاشمی‌طبا از ورزش این واکنشهای متفاوت و متضاد در نوع خود جالب توجه بود.

داریوش مصطفوی، رئیس اسبق فدراسیون فوتبال:

هاشمی‌طبا، کارنامه قابل قبولی داشت

رئیس اسبق فدراسیون فوتبال عملکرد مصطفی هاشمی‌طبا را در مجموع همراه با موفقیت ارزیابی کرد و گفت: او زمانی که رئیس سازمان تربیت بدنی بود به مشارکت و همفکری اعتقاد داشت و درزمان ریاست او بود که ما توانستیم به جام جهانی فوتبال راه پیدا کنیم. حضور هاشمی‌طبا در کمیته ملی المپیک هم از آن جهت مهم بود که ما پس از سالها توانستیم یک نماینده در کمیته بین‌المللی المپیک داشته باشیم که این در نوع خود پس از انقلاب بی‌نظیر بود. در مجموع باید بگوییم که هاشمی‌طبا در طول دورانی که در ورزش فعالیت داشت کارنامه قابل قبولی از خود برجای گذاشت.

احمد گودرزی، سرمربی تیم ملی دوومیدانی:

هاشمی‌طبا از ورزشهای پایه حمایت نکرد!

«تبعیض بین رشته‌های ورزشی و نادیده گرفتن رشته‌های پایه از مهمترین نقاط ضعف کمیته ملی المپیک طی چند سال به حساب می‌آید». احمد گودرزی سرمربی تیم‌های ملی دوومیدانی با بیان مطلب فوق افزود: متأسفانه مسأله‌ای که در زمان آقای هاشمی‌طبا در عین علاقه ایشان به آن، نادیده گرفته شد، حمایت از ورزشهای پایه به‌ویژه دوومیدانی بود. دوومیدانی با وجود مدالهای فراوانی که می‌تواند برای یک کشور به ارمغان بیاورد، در ایران نادیده گرفته شد به‌طوری که کمیته ملی المپیک رقمی بالغ بر ۱۴۰ میلیون تومان برای رشته‌ای چون دوچرخه‌سواری هزینه کرد و در مقابل تنها هفت میلیون تومان به دوومیدانی اختصاص داد. این مبلغ هفت میلیونی به‌راحتی نشان می‌دهد که دوومیدانی طی چند سال اخیر از چه جایگاهی در کمیته ملی المپیک بهره‌مند بوده است!!

علی مرادی، رئیس فدراسیون وزنه‌برداری:

هاشمی‌طبا، مدیر موفقی در ورزش بود

«هاشمی‌طبا مدیر موفقی در ورزش ما بود و در دوران وی خدمات ارزنده‌ای برای ورزش کشور انجام گرفت.» علی مرادی رئیس فدراسیون وزنه‌برداری با بیان مطلب فوق افزود: «به‌طور کلی حضور هاشمی‌طبا در ورزش کشور اثرات مثبتی برجای گذاشته که از آن جمله می‌توان به حرکت هماهنگ سازمان تربیت بدنی، کمیته ملی المپیک و فدراسیونها در زمان ریاست ایشان اشاره کرد. تاریخ وزنه‌برداری ایران کسب دو مدال طلای المپیک را در این دوران هرگز از یاد نخواهد برد.

محمود مساعدیان، رئیس اسبق فدراسیون بوکس:

بوکس، به خاطر هاشمی‌طبا سقوط کرد!

«اعمال نظرهای هاشمی‌طبا، باعث سقوط بوکس شد.» محمود مساعدیان، مسوول استعدادیابی فدراسیون بوکس و رئیس سابق این فدراسیون که از منتقدان هاشمی‌طبا به‌شمار می‌رود، پیرامون عملکرد ریاست سابق کمیته ملی المپیک گفت: «در زمان ریاست اینجانب در فدراسیون بوکس، شاهد اعمال نظرهای هاشمی‌طبا برای تغییر مربیان و بوکسورها بودم. این دخالت‌ها آفتی بود که باعث سقوط بوکس در ایران شد. او توانایی لازم برای ریاست کمیته ملی المپیک را نداشت و با اعمال نظرهای مستقیم ایشان، کاروان ورزشی ما در المپیک‌ها به نتایج ناامیدکننده‌ای دست یافت.

جواد رفوگر، دبیر فدراسیون کشتی:

دوران هاشمی‌طبا، دوران خیر و برکت بود

«دوران تصدی هاشمی‌طبا بر کمیته ملی المپیک دوران توسعه فضاهای ورزشی و اوج‌گیری قهرمانی‌ها بود.» جواد رفوگر دبیر فدراسیون کشتی افزود: «دوران ریاست هاشمی‌طبا در کمیته ملی المپیک دوران خیر و برکت بود. در دوران ریاست وی توسعه فضاهای ورزشی و امکاناتی چون پایگاه‌های قهرمانی شکل گرفت و رابطه کمیته ملی المپیک با فدراسیون کشتی هم در سطح خوبی بود. به‌طور کلی ما هیچ‌گاه دست خالی از کمیته ملی المپیک بازنگشتیم. مسائل پزشکی ورزشی نیز در دوران تصدی‌وی مورد توجه قرار گرفت و بسیاری از قهرمانان کشورمان معالجات خود را با معالجات در داخل کشور انجام دادند.

آرش میراسماعیلی، قهرمان جودو:

ایشان هم ضعف‌هایی داشتند، اما...

آرش میراسماعیلی درخصوص حضور چند ساله هاشمی‌طبا در ورزش کشور گفت: آقای هاشمی‌طبا ۱۲ سال در رأس ورزش کشور حضور داشته و زحمات زیادی را در این زمان کشیده‌اند که نمونه بارز آن ساخت مجموعه ورزشی آکادمی ملی المپیک است که درواقع خانه ورزشکاران محسوب می‌شود، چرا که قبل از آن هیچ جای مناسبی برای آماده‌سازی قهرمانان وجود نداشت.

میراسماعیلی در ادامه افزود: مسلماً هر فردی دارای نقاط ضعف بوده و هاشمی‌طبا نیز از این امر مستثنی نمی‌باشد، ولی من خود را در حدی نمی‌دانم که درخصوص نقاط ضعف ایشان صحبت کنم!

در جریان به وجود آمدن جنجال در برخی از مسابقات لیگ

پشتوانه‌های بسکتبال تهدید می‌شوند

در جریان به وجود آمدن جنجالها و درگیریها در برخی از مسابقات بسکتبال به میزبانی تعداد معدودی از شهرهای میزبان که طی چند سال اخیر سابقه داشته و متأسفانه هنوز هم ادامه دارد، بیش از هر موردی، پشتوانه‌های بسکتبال کشور تهدید می‌شوند.

سال گذشته در جریان یکی از این درگیریها، دو بازیکن مطرح کشورمان با مصدومیت روبرو شدند که نهایتاً عواقب بدی در پی نداشت، اما آیا می‌توان همیشه امیدوار بود که چنین درگیریهایی مصدومیت‌های جدی‌تری را در پی نخواهد داشت؟ آیا اگر خدای نکرده، در جریان یکی از این جنجالها و درگیریها بازیکنانی نظیر **حامد حدادی، جابر روزبهانی، امیر امینی، علی باهران، اوشین ماهاکیان و**... که تعداد آنها هم کم نیست با مصدومیتهای جدی روبرو شدند که نتوانند برای مدتی در میادین ظاهر شوند، می‌شود جای خالی آنها را در تیمهای ملی پر کرد؟! چنانچه از تبعات دیگر این جنجال‌آفرینی‌ها که اگر از آن جلوگیری نشود، می‌تواند به تعداد دیگری از شهرها و میزبانها سرایت کرده و این توهم و شبهه را ایجاد کند که میزبانها می‌توانند، از این طریق به پیروزی دست یابند، بگذریم، کافی‌است به همان مورد بالا توجه شود تا در همین وهله با برخوردی جدی و سخت ریشه این نهال پلید و نامیمون را بخشکانیم تا فردا و فرداها دچار «چه‌کنم‌ها» نشویم.

فدراسیون بسکتبال که با تضمینی قاطع و بحث و تبادل‌نظر و استفاده از کارشناسان آگاه در تمام زمینه‌ها توانسته است، در شکوفایی بسکتبال این‌قدر موفق باشد، بدون شک با پیدا کردن راه چاره و برخورد قاطع و سخت با خاطیان در این زمینه هم موفق عمل خواهد کرد.

اهمال فدراسیون ژیمناستیک، آخرین نمونه بارز

صندلی‌هایی که آسان از دست می‌دهیم!

به فکر فرو رفته و سخت مشغول است، آرام به نقطه دوری نگاه می‌کند و با صدای نه‌چندان آرامی می‌گوید حیف شد!

او در پاسخ به این سؤال که: چه چیزی حیف شد؟ می‌گوید: همین صندلی‌هایی که در سطح ورزش قاره‌ای، جهانی و بین‌المللی به‌راحتی از دست می‌دهیم.

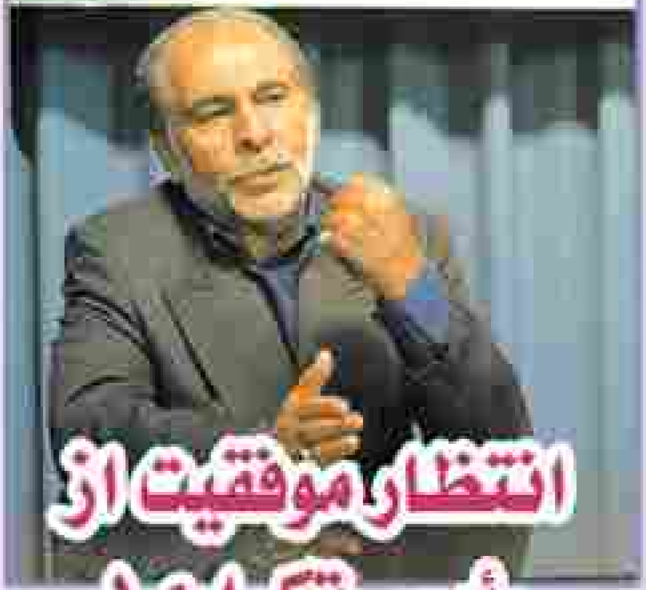
پس از چند ثانیه سکوت ادامه می‌دهد: منظورم صندلی ایران در هیأت اجرایی فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک است که چند روز قبل از دست رفت و این دومین صندلی مهمی است که در این هفته از دست می‌رود!

درست هم می‌گفت. چون چند روز قبل حسن رمضانیانپور نماینده ایران در شورای اجرایی فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک با شکست برابر نماینده قطر از عضویت مجدد در این شورا باز ماند. البته رمضانیانپور معتقد بود که اهمال مسوولان فدراسیون ژیمناستیک در اعلام به موقع و اطلاع‌رسانی باعث شد که این صندلی از دست برود. اما به هرحال دیگر کار از کار گذشته است.

صندلی‌های اجرایی یکی از مهمترین صندلی‌های هر فدراسیونی است که معمولاً کسب آنها به دلیل تأثیرگذاری و اهمیت آن بسیار سخت و دشوار است. به عبارتی دستیابی به این کرسی‌های آسیایی و بین‌المللی نیازمند یکسری ارتباطات و رایزنی‌هایی است که به‌راحتی به دست نمی‌آید و تابع شرایط بسیار زیادی است که فراهم کردن آن شرایط در کنار هم در زمان کوتاه امکان‌پذیر نیست. به همین جهت از دست دادن پست‌های اجرایی که متقاضیان بسیار زیادی نیز از کشورهای مختلف برای آنها وجود دارد، می‌تواند بسیار ناامیدکننده باشد.

به هرحال اگرچه در مجموع درخصوص استفاده از این صندلی‌ها به نظر می‌رسد برنامه خاصی در کشور وجود ندارد و برخی‌ها معتقدند که اغلب این صندلی‌ها هیچ دستاوردی برای ورزش ایران نداشته است، اما باید بدانیم که شاید بودن این صندلی‌ها در دست یک ایرانی بهتر از آن است که در دست رقیب باشد.

فدراسیون بوکس به خونی تازه نیاز دارد



انتظار موفقیت از رئیس تکراری!

زمان ثبت‌نام نامزدهای تصدی پست ریاست فدراسیون بوکس به پایان رسید و تنها ۳ نفر خود را نامزد تصدی این پست کردند؛ «احمد ناطق نوری» رئیس فدراسیون بوکس، «غلامرضا شهیدی» از پیشکسوتان این رشته و «شهرام همتی» رئیس سابق هیأت بوکس استان گیلان.

به این ترتیب مجمع عمومی فدراسیونهای ورزشی در روز ۲۸ آذر ماه تشکیل خواهد شد تا اعضای مجمع از میان ۳ نامزد فوق یک نفر را برای ۴ سال به عنوان رئیس فدراسیون بوکس گزینش کنند.

از سال ۱۳۶۹ که فدراسیون بوکس پس از افزون بر ۱۰ سال بار دیگر بازگشایی شد و فعالیت خود را آغاز کرد، «احمد ناطق نوری» چه به صورت انتصابی و چه به صورت انتخابی ریاست این فدراسیون را برعهده داشته است و با توجه به نفرات نامزد شده، برای تصدی این پست به نظر می‌رسید از هم‌اکنون باید «ناطق نوری» را رئیس ۴ سال آینده این فدراسیون دانست.

از طرفی کارشناسان این رشته ورزشی معتقدند در صورت عدم تغییر در پست ریاست فدراسیون بوکس، نیاز در تغییر درمیان افراد زیرمجموعه این فدراسیون در کمیته‌ها و پست‌های مختلف مشاهده می‌شود. حضور ناموفق بوکسورهای کشورمان در پیکارهای قاره‌ای و المپیک و گرایش شماری از ملی‌پوشان این رشته ورزشی به بهره گرفتن از مواد نیروزا و بازتاب منفی آن در جهان در طول چند سال اخیر بیانگر این واقعیت است که فدراسیون بوکس نیاز به خونی تازه در تمامی ابعاد دارد. خونی که می‌بایست دربرگیرنده تمامی بخشهای این فدراسیون باشد چرا که در طول سالهای اخیر بوکس ایران با ناکامی‌های بسیاری مواجه بوده است.

استفاده از نیروهای جوان و تحصیلکرده که خود سابقه حضور در این رشته ورزشی را دارند، بهترین گزینه برای این منظور به‌شمار می‌رود. بهره‌گیری از مربیان کارآمد خارجی، رایزنی با مقامات رده بالای کشور برای پخش تلویزیونی مسابقات بوکس و یاری گرفتن از مسوولان سازمان تربیت بدنی و کمیته ملی المپیک برای رفع انزوای این رشته ورزشی و تاءمین بودجه از دیگر نیازهای این رشته ورزشی برای رسیدن به نتایج مطلوب است.

بی‌شک رئیس آینده فدراسیون بوکس در صورتی که نتواند به اهداف اعلام شده دست یابد، این رشته ورزشی که دوران نامطلوبی را چه در بعد داخلی و چه در بعد خارجی می‌گذراند، به این دوران همچنان ادامه خواهد داد و هیچ انتظاری از این رشته ورزشی نباید داشت!

زندگی؛ آنطور که

بقیه از صفحه ۱۵

آخررو می‌کشه! اون موقع بود که دست منو گرفت و گفت: «جوادآقا فقط یک چیز ازت می‌خوام، هرگز افسانه‌رو نفرین نکن، ولی درعین حال مدیون هستی اگه یکروز به خواسته دخترمون، شخصیت خودت رو بشکنی و...» این را گفت و چانه انداخت و دست مرا فشار داد و... به آسمان پرواز کرد...

○

پیرمرد اینها را گفت و درست مانند یک بچه کوچک گریست. چنان هق هق می‌کرد که مرا نیز تحت تأثیر قرار داد و بعد گفت: «افسانه پنج ماه بعد، از مرگ مادرش باخبر شد! یعنی پس از یکماه که از ماه عسل برگشت، تا چهار ماه بعد حتی به ما سر نزد! تا اینکه پنج ماه بعد با این بهانه که می‌خواهد «غذای نذری» به فقرا بدهد همراه مادرشوهر و دوتا از خواهرشوهراش به محله ما آمد و برای اینکه اونها نفهمند عروسشان از چه خانواده فقیریه! طوری برنامه‌ریزی کرد که برای دادن غذای نذری به منزل ما، خودش وارد این خانواده فقیر بشود! وقتی داخل شد من حتی نگاهش نکردم، ولی اون که بیشتر نگران آبروش بود تا بی‌محلی کردن من، فقط پرسید: «مامان کجاست»؟ و من برای اینکه دچار عاطفه «پدر ـ فرزندی» نشم! بدون اینکه نگاهش بکنم گفتم: «خیلی دیر کردی عروس خانم... فراش مدرسه‌تون مرد!»

راستش‌رو بخوای اون لحظه دلم خیلی برای دخترم سوخت. افسانه که فکر همه چی را کرده بود جز مرگ اقدس، چند دقیقه‌ای همان جا عکس مادرش را بغل کرد و نشست اشک ریخت. اما دلسوزی من این بود که اون بدبخت حتی می‌ترسید صدای گریه‌اش به گوش خانواده شوهرش برسه! پنج، شش دقیقه‌ای پیش من بود و موقع رفتن دست داخل کیفش کرد و پنج بسته اسکناس هزار تومانی، یعنی پانصد هزار تومان گذاشت جلوم و خواست بره که دستش‌رو گرفتم و گفتم: «اگه این پول‌رو نبری میام بیرون و همه چیزرو به خانواده شوهرت میگم!» و افسانه که حالا بیشتر از مرگ مادرش، غصه آبرویش را می‌خورد معطل نکرد و پول را برداشت و رفت. بعد از آن اتفاق، دخترم تقریباً ماهی یکبار به من سر می‌زد، اما هر بار که اینجا آمد من بهش گفتم: «تو دیگه دختر من نیستی، مگه اینکه یکروز دست شوهر و فامیل شوهرت‌رو بگیری و بیاری اینجا و بهشون بگی که من پدرت هستم و تو هم در این خانه بزرگ شدی!» اما هر مرتبه افسانه اشک می‌ریخت و می‌گفت: «پدر من نمی‌تونم این کاررو بکنم... موقعیت منو درک کن!» حتی روزی که خدا بچه اول‌رو بهش داد، از توی همان بیمارستان به مغازه بقالی «آقاصفدر» که سر کوچه ماست زنگ زد و گفت: «اگه دوست داری نوه‌ات‌رو ببینی، یکروز به عنوان گلفروش بیا بیمارستان و...» ولی من حرفش را قطع کردم و گفتم: «حیف که به مادرت قول دادم نفرین‌ات نکنم... اما فقط همین‌رو بدان که عاقبت خوشی نخواهی داشت!» بعد از تولد فرزند دومشان [که در کانادا زایمان کرد تا زمینه مهاجرتش به اون کشوررو فراهم کنه] در این چند ماه اخیر، هفت هشت مرتبه با بچه‌هاش اومدن تا پشت در که به قول خودش نوه‌های منو به من نشان بده! ولی من با اینکه به عنوان یک پدربزرگ آرزوی دیدن نوه‌هام‌رو دارم، اما از روح اقدس خجالت می‌کشم که بهش قول دادم شخصیتم‌رو نشکنم، اون وقت این کاررو بکنم! حتی از بیست روز قبل تا الان افسانه لااقل پنج بار بهم تلفن زده و گفته که قراره برای همیشه از ایران بره، و التماس می‌کنه که این دم‌آخری اون‌رو ببخشم و یکی دو ساعتی با او و نوه‌هام کنار هم باشیم، اما من قبول نکردم و حتی وقتی ازم خواست که امشب به فرودگاه برم تا او از راه دور منو نگاه کنه!! فقط بهش گفتم: «خدا به دادت برسه دختر که چه عاقبتی خواهی داشت!»

آقاجواد استکان چای را جلویم گذاشت و گفت: «خب پسرجون، حالا تو که یک عمر داری با مردم زندگی می‌کنی و شرح بدبختی‌ها و خوشبختی‌هاشون‌رو می‌نویسی، نظرت چیه؟ به روح زنم قسم اگه بگی بیا فرودگاه، میگم چشم، اما...

ـ نه پدرجون... گاهی وقتها شخصیت آدم قیمتش از قلب آدم بیشتره!

این را گفتم و صورتش را بوسیدم و ـ نگذاشت بر دستش بوسه بزنم ـ خواستم بروم که با صدایی آلوده به بغض گفت: «من خیلی تنها هستم پسرم... اگه دوست داشتی بعضی وقتها سری به من بزن... من خیلی تنها هستم». دوباره صورتش را بوسیدم و گفتم: «مطمئن باش بهت سر می‌زنم آقاجواد... از حالا به بعد شما جای پدر مرحوم منو برام پر می‌کنی و من هم میشم پسرت!»

از خانه که بیرون زدم، صدای هق هق گریه پیرمرد از پشت دیوارها به گوش می‌رسید!

○

پنج‌شنبه ـ ۲۳ مهر ـ ساعت ۱۷ دقیقه نیمه شب

پیدا کردن افسانه و جمع خانوادگی آنها در آن شلوغی فرودگاه بین‌المللی کمی سخت بود، اما هرطوری بود کنارش ایستادم و به هوای اینکه دارم با موبایل حرف می‌زنم به او فهماندم: «آقاجواد گفت از روح زنش خجالت می‌کشه که بیاد اینجا!»

بغض افسانه یکمرتبه شکست و گریه پرصدایی را سر داد، اما خوشبختانه مادرشوهرش آنقدر از خودمتشکر بود که فکر کنه عروسش برای جدایی از او دارد اینطور بی‌تابی می‌کنه! و مشکلی پیش نیامد. چند دقیقه‌ای ایستادم و افسانه را تا موقع ورود به گیت پرواز نظاره کردم که گویی هنوز دنبال گمشده‌اش می‌گردد و مدام اینطرف و آنطرف را نگاه می‌کرد!

از در سالن فرودگاه که بیرون آمدم یکنفر از پشت سر صدایم کرد؛ رو که برگرداندم پیرمرد را دیدم «آقاجواد» بود. صورتش از اشک خیس بود. حتی توان حرف زدن نداشت و نالید: «پیش خودم فکر کردم اگه افسانه منو نبینه، شخصیتم خرد نمیشه! ولی اگه نمی‌آمدم اینجا شاید تا آخر عمر خودم‌رو نمی‌بخشیدم... [و بعد سر در آغوشم گذاشت و اشک ریخت و سپس گفت] ولی دیدی آقای طیب... دخترم چقدر خانم شده بود... نوه‌هام‌رو دیدی چقدر خوشگل بودن... به مادربزرگشون رفتن... صورتشان درست شبیه اقدس بود...»

○

پیرمرد رفت، سوار همان موتوری شد که یکی از همسایه‌ها با آن او را به فرودگاه رسانده بود، و رفت. من اما؛ به عاقبت افسانه می‌اندیشیدم!

■

درمان اعتیاد
بی‌خطرترین و
کم هزینه ترین ـ سم زدایی فوق سریع
UROD در بیمارستان ظرف چهار ساعت و یک شب
بستری بدون درد و عوارض همراه با ایجاد تنفر از
مواد مخدر و سیگار توسط پزشکان دارای بورد تخصص
و گواهینامه ترک اعتیاد از وزارت بهداشت.
۸۵۷۲۲۲۴ – ۴۸۱۲۲۹۲ – ۰۹۱۲۱۱۹۶۳۴۸

تلفن آگهی‌های
اطلاعات هفتگی
۲۲۲۳۵۰۷

خانه موی ایران
✓ اولین موسسه ترمیم مودرایران
✓ روش تین اسکن ازآمریکا
✓ زیرنظرمتخصص ترمیم مواز کانادا
✓ ازیکصدتارمو تایکصدهزارتارمو
✓ بدون عمل جراحی
نشانی: ولیعصر، جنب سینما آفریقا طبقه سوم
تلفن: ۸۸۰۰۲۸۰-۸۹۰۸۴۲۳
۸۸۹۳۱۲۳-۸۸۹۹۸۲۸
خانه موی ایران شعبه ندارد

ارتودنسی ثابت
«ردیف کردن دندانها توسط استاد دانشگاه»
اقساطی ۵۰۰/۰۰۰ تومان
درمانگاه المهدی «پاسداران»
عصرها از ساعت ۱۶ الی ۱۸/۳۰
تلفن: ۲۸۴۲۱۱۱-۲۸۴۲۳۴۳

سفرنامه کوچک
(مینی سفر)

به قلم: کریستین گئورگ
خبرنگار و نویسنده معتبر آلمانی

آری اینان ایرانیان بودند

کریستین گئورگ نویسنده و خبرنگارِ زن و ۳۳ ساله آلمانی به همراه تیم ملی فوتبال آلمانَ برای تهیه یک گزارش ورزشی، اجتماعی به ایران سفر کرد. او که برای چند مجله و روزنامه معتبر آلمانی و اروپایی قلم می‌زند، نام گزارش خود را که در روزنامه زایتونگ و شبکه اینترنت انتشار یافته، مینی‌سفرنامه یا سفرنامه کوچک گذاشته که مطالعه خلاصه‌ای از این مطلب خواندنی برای خوانندگان عزیز خالی از لطف نخواهد بود.

سرزمین باستانی و مردانه

هنگامی که سفر من به همراه تیم ملی آلمان مسلم شد، شور و اضطراب عجیبی بر من مستولی گشته بود. و البته از چنین واکنش‌هایی در خود دچار تعجب نیز شده بودم. من که در بدترین شرایط به آنگولا، عراق، افغانستان، اوگاندا و رواندا و حتی به بوسنی سفرکرده بودم و با افراد و شخصیت‌های مختلفی که حتی خطرناک هم تلقی می‌شدند مصاحبه‌های گوناگونی انجام داده بودم، اکنون در آستانه این سفر دچار دلشوره شده بودم، اما پس از لختی تاءمل به دلیل واکنش‌های خود پی بردم. ایران سرزمین باستانی و با قدمتی بیش از سه هزار سال بود و تجربه من نشان داده که مردمانی که در سرزمین‌های باستانی بسر می‌برند، بسیار هوشمند و تیزبین هستند و همین واقعیت که خود را به زودی در برابر مردمانی تیزبین و هوشمند می‌یافتم، باعث اضطراب من شده بود. موضوع دیگر این‌که من همه جا شنیده بودم ایران سرزمین مردانه است و زنان چندان در معرض قرار ندارند و من هم طبیعتاً به عنوان یک زن در آستانه سفر به سرزمین مردانه دچار دلشوره شده بودم که در بسیاری از موارد خلاف این نکات بر من ثابت شد.

پرواز و فرود

این اولین پرواز من به همراه یک گروه ورزشی نبود و من به‌خوبی با شیطنت‌ها و شوخی‌های مشتی جوان پرشور در حین سفر آشنا بودم، اما احساس عجیبی به من دست داده بود و در میان اعضای تیم ملی آلمان که تعدادی جوان را برای اولین بار با خود همراه کرده بود، آن شور و شری را که در دیگر مواقع مشاهده کرده بودم، نمی‌دیدم و از چهره آنها کاملاً مشخص بود که این جوانها قدم به دیاری ناشناخته می‌گذارند و از آنچه که انتظار آنان را می‌کشید اطلاعی نداشتند. اما هنگامی که هواپیما فرود آمد و ما قدم به سالن ترانزیت فرودگاه تهران گذاشتیم، هرآنچه که تصور کرده بودیم در چند لحظه از اذهان ما خارج شد. همه جا چهره‌های باز و لبخندهایی که از صمیم قلب بر لبان ایرانیان نقش بسته بود، دیده می‌شد. از ماءموران فرودگاه و افسران امنیتی گرفته تا آنان که به ما در حمل چمدانها و بارهایمان کمک می‌کردند، همه و همه گویی دیدن ما برایشان لذت بخش‌ترین لذتها بود. در میان تعجب شدید من برخی از خدماتی‌ها نامهای بازیکنان آلمانی را بهتر از من می‌دانستند و از من سراغ آنها را می‌گرفتند. من همانجا متوجه شدم که ایرانیان چقدر بااحساس هستند. آنها با بازیکنان آلمانی و دست‌اندرکاران فدراسیون دست می‌دادند. البته این‌گونه ابراز احساس ممکن است برای بیشتر آلمانها قابل درک نباشد و شاید برخی هم از آن ناراحت می‌شوند، اما وجود صمیمیت در حرکات این مردم سرانجام سبب شد تا بازیکنان آلمانی از اضطراب به‌در آیند. البته این را هم باید بگویم که اینان نسبت به من و سایر بانوانی که به عنوان نمایندگان مطبوعاتی و یا اداری در این سفر همراه هیأت آلمانی بودیم، بسیار مؤدبانه رفتار می‌کردند و این ادب و نزاکت پدیده‌ای بود که ما حتی در اروپا شاهد آن نبودیم.

در شهر

روز بعد جمعی از ما این امکان را پیدا کردیم تا گشت و گذاری در تهران پایتخت پرجنب و جوش این سرزمین کهن داشته باشیم. بیشتر از همه من راجع به بازار تهران شنیده بودم و خیلی تمایل داشتم تا از این مکان که گفته می‌شود قدمتی چندصد ساله دارد دیدن کنم. و خوشبختانه این توفیق به دست آمد و ما از بازار تهران دیدن کردیم. اگر می‌خواهید زرنگی و هوشمندی یک ملت کهنسال را درک کنید، بهترین راه این است که سری به بازار این مردم بزنید. در بازار این احساس به من دست داده بود که همگی یعنی چه فروشندگان اجناس و چه مشتریان، به غایت زرنگ و هوشمند هستند و هیچ‌کس ساده‌لوح نشان نمی‌داد (البته به غیر از ما آلمانی‌ها)!! ایرانیان در هنگام معامله جدی‌ترین چهره را به خود می‌گیرند و سر کوچکترین تفاوت قیمت، دقایق طولانی به بحث و جدل می‌پردازند.

> اگر می خواهید زرنگی و هوشمندی یک ملت کهنسال را درک کنید، بهترین راه این است که سری به بازار این مردم بزنید

نکته جالب برای ما این بود که مترجم و همراه ما در خریدهایی که ما انجام می‌دادیم، بیشتر از خود ما برایمان دلسوزی می‌کرد و برایمان چانه می‌زد و بدین‌گونه بود که ما این اطمینان را پیدا کرده بودیم که بهترین قیمت ممکن را برای خریدهای خود پرداخته‌ایم.

در استادیوم و مسابقه

و سرانجام شب موعود فرارسید. مسابقه تیم‌های ملی آلمان و ایران که به جهت کمک به قربانیان زلزله‌زده در بم، شهری واقع در جنوب ایران ترتیب داده شده بود، در یک استادیوم زیبا و نه‌چندان مدرن انجام می‌شد. هنگامی که ما از ازدحامی که در خارج از محل مسابقه شکل گرفته بود، گذشتیم و خود را با زحمت فراوان به داخل رساندیم ناگهان با منظره‌ای مواجه شدیم که مطمئن هستم برای بیشتر ما اعجاب‌آور بود. بیش از یکصد هزار نفر در جایگاهها قرار گرفته بودند و این درحالی بود که هنوز ساعتی به آغاز مسابقه باقی مانده بود. من با دوربین چشمی خود نظری به اطراف و اکناف انداختم، حتی پله‌کانها که باید در آنها عبور و مرور مردم انجام می‌شد، به عنوان جایگاهی برای نشستن مورد استفاده قرار گرفته بود. بیش از هر چیز حضور بانوان خارجی در جایگاهی که برای آنان درنظر گرفته شده بود، جلب نظر می‌کرد چرا که تمامی جمعیت داخل استادیوم را مردها تشکیل می‌دادند. برخلاف آنچه که قبلاً شنیده بودم، نه‌تنها بی‌نظمی در میان مردم مشاهده نمی‌کردم، بلکه در آن ازدحام و تراکم جمعیت، نظم و ترتیبی حیرت‌انگیز حاکم بود.

مسابقه فوتبال

من اگرچه به عنوان یک خبرنگار زن در مورد فوتبال اطلاعات حرفه‌ای ندارم، اما مسابقات مهم را دنبال می‌کنم و به جراءت می‌توانم ادعا کنم که مسابقه‌ای که میان آلمان و ایران انجام شد، دستکمی از بهترین مسابقه فوتبال در سطح قاره اروپا نداشت. همه چیز در آن دیده می‌شد، هیجان، کار گروهی، کار انفرادی، گلهای زیبا و حتی خشونت. در تیم ایران چند جادوگر نظر ما را به‌خود جلب می‌کردند. بازیکنی به نام کریمی و بازیکن دیگری از بوندس‌لیگا به نام مهدوی‌کیا در این میان بودند. البته معروفترین فوتبالیست ایران به نام علی دایی که سابقه حضور در بوندس‌لیگا را نیز دارد، به علت آسیب دیدگی در مسابقه حضور نداشت. ضمن آنکه حضور یک بوندس‌لیگایی دیگر (هاشمیان) نیز جلوه می‌کرد. تکنیک و کار انفرادی درمیان ایرانیان مثال زدنی است، اما کاملاً مشخص است که کار گروهی در مراحل پیشرفته قرار ندارد. تیم خودی با آنکه از چهره‌های جوان بهره گرفته بود، نسبتاً خوب کار کرد و دو گل زیبا توسط جوانان ما، مطمئناً باعث نفس‌های راحت و خواب راحت‌تر در شب هنگام برای کلینزمن مدیر تیم ملی آلمان شده بود. پس از آنکه سوت پایان مسابقه به صدا درآمد، یک اتفاق اعجاب‌آور دیگر هم روی داد. آن ازدحام و جمعیت عظیم در کمتر از ده دقیقه ناپدید شد، گویی همه آنها به زیرزمین رفته بودند!

بازگشت

تنها سه ساعت پس از پایان مسابقه ما باز هم در فرودگاه بودیم تا به خانه بازگردیم. در فرودگاه من از رفتار خودم متعجب شده بودم، چرا که بدون هدف مشخصی به این‌طرف و آن‌طرف می‌رفتم، گویی چیزی را گم کرده بودم و هنگامی که در داخل هواپیما در صندلی خود جای گرفتم و هواپیما در آسمان تهران اوج گرفت، متوجه شدم که دلیل رفتارم از کجا ناشی می‌شد. من افسرده شده بودم آنهم از غم ترک کردن دیاری کهنسال، تمدنی عظیم و مردمانی مهربان و بزرگوار. آری اینان ایرانیان بودند.

دائماً درصدد رقابت با دیگران مباش، بلکه هدف را از درون خودت پرورش بده

در حلقه رندان

حلقه دار:
رضا رفیع

raffie.persianblog.com

پیک بادور!

توضیح: چندی پیش می‌بایست سریع السیر، مطلب طنزی را به دست یکی از دوستان عزیز اهل فضل و هنر (المسمی به سیدمحمد سادات اخوی) برای قرائت در یک مراسمی می‌رساندم. مطلب را شسته ـ رفته و تمیز نوشتم و آن را به شکل چند کاغذ به یک «پیک موتوری» دادم تا سریعاً به نشانی موردنظر برساند. رفت و خداوکیلی سریع هم برگشت. زنگ منزل را زد و گفت: «این کاغذهایی که داده بودید، لازم داشتید؟» از پرسش احمقانه‌اش مانده بودم بخندم یا بگریم! علتش را که پرسیدم گفت: «آخه توی بزرگراه یک‌مرتبه باد زد زیر کاپشنم و تمام کاغذها را باد برد!» مجدداً حیران ماندم که بخندم یا بگریم؟... مسأله این است. مابین این هر دو حالت، شعر زیر را با تمسک به جناب حافظ سرائیدم:

آن پیک بادور که برفتش به سوی دوست
دیدی چگونه گند زد او روبروی دوست
دادم به دست او دو سه تا کاغذ مهم
تا بلکه دست خر، برد آن را به کوی دوست
چون ساعتی گذشت، سرافکنده بازگشت
گفتا قسم به موی سر مشکبوی دوست،
آن کاغذی که لطف شما داد دست من
بادش ببرد روی هوا مثل بوی دوست
گفتم چقدر پیک شما پیک بادپاست
لابد حقیر نیز رفیق بِبوی دوست
شرمنده گفت: پیک موتور این‌چنین بود
گاهی کند خجل، همه‌مان را ز روی دوست
مجنون شدم که: پیک شتر بهتر از شماست
سالم برد به منزل لیلی سبوی دوست
خندید و گفت: کار تو گیرم ردیف نیست
اما شتر برفت و موتورها هووی اوست!

سرگشتگی

محمد یزدانی

(۱)
در انجمن سران سری خواهم گشت
بر کرده سری و سروری خواهم گشت
سرگشته‌ام امروز و ورق چون برگشت
یک روز برای خودخری خواهم گشت!

(۲)
سرگشته‌ام امروز و ورق چون برگشت
سرگشته‌تر از این نشوم ز این سرگشت
باشد که فلک فقط به کام دل من
از ته به خوشی اگر نگشت از سر گشت

غیرالهی نامه

محمد عمادی ـ دبی

الهی هر کسی با من مخالف یا که بد گردد
به وقت امتحان یکضرب و بی‌تجدید رد گردد
وگر شخصی نماید هر زمان پشت سرم غیبت
لحافش در زمستانها مبدل بر شمد گردد
الهی هرکه دارد کینه‌ای با ملت ایران
بدون گفتن اشهد، سرازیر لحد گردد
خداوندا، چه می‌شد گر لباس شخص مستکبر
مثال مال ما جنسش ز کرباس و نمد گردد؟
خداوندا بکن کاری که پول و ثروت مخلص
به قدر پول سلطان برونای و فهد گردد
شود اخراج با تیپایی از خاک عرب «شارون»
چنان سگ توله‌ای هر جا رود، نفی بلد گردد
چنان فرما مشیت ای خدا تا سهم این ملعون
ز دست هر فلسطینی چک و مشت و لگد گردد
الهی بنده‌زاده دیپلمی بی‌پول و بیکار است
بده یک دکه تا مشغول بر داد و ستد گردد
چنان فرما سرانجام بلاد مسلمین یارب
که هم خالی ز هر مفسد،هم از هر دیو و دد گردد
خدایا آنکه بر همسر گرفتن کرد تشویقم
نصیبش همسری با سن بالای نود گردد!

آدم

شهرزاد حسین‌دوست

حضرت آدم که مادرزن نداشت
روی آشش یک وجب روغن نداشت
غیر مادرزن اگر زن هم نداشت
غصه حتی قدر یک ارزن نداشت

انواع دزدی

خدامراد جلیلوند

دزدها هر دم شگردی تازه پیدا می‌کنند
ابتکار خویشتن را عرضه بر ما می‌کنند
تحت نام پیش‌فروش خانه و باغ و زمین
هست و نیست مردم بیچاره یغما می‌کنند
بعد از آنکه بار خود بستند با یک حب جیم
مخفیانه در مکانی امن مأوا می‌کنند
دسته‌ای دلسوز بیکاران مسکین می‌شوند
دفتری وا کرده اخذ پول از آنها می‌کنند
وعده کار و درآمدهای بالا می‌دهند
در خیال خام آنها کار پیدا می‌کنند
گاه با حلوا و سیگار و زمانی بستنی
خلق را در خواب و خالی جیب آنها می‌کنند
یک گروهی وام می‌گیرند میلیونها تومن
روی آن لیوان آبی خورده حاشا می‌کنند
رانت‌خواران آبرومندانه و بی‌دردسر
کار خود را روز روشن آشکارا می‌کنند
دسته‌ای هم شبروانند و هر یکی با شیوه‌ای
خانه مردم تهی از مال دنیا می‌کنند
الغرض هر کس به ناحق مال مردم می‌خورد
کار او دزدی است، آن را هرچه معنا می‌کنند!

ما را خبر کن

محمد معتمد

ای دوست، هنگام سفر ما را خبر کن
در موقع گشت و گذر ما را خبر کن
آنجا که از نوشیدن و خوردن خبر هست
بی‌زحمت و بی‌دردسر ما را خبر کن
ما نیستیم اهل تلاش و کوشش و کار
از خواب اگر داری خبر ما را خبر کن
معذور دار از کارهای سخت ما را
در عیش و نوش مستمر ما را خبر کن
آنجا که از سود کلان اقتصادی
هستند مردم بی‌خبر ما را خبر کن
از خورد و خواب و بند و بست و مال و مکنت
در هر کجا دیدی اثر ما را خبر کن
هرگز مپرس احوال ما اندر مصائب
هرجا ز شادی شد خبر ما را خبر کن
از کار سخت و سخت‌تر خود باخبر
باش از کار سهل و سهل‌تر ما را خبرکن
ما را ز آقازادگان کمتر مپندار
گر باشد از آن بیشتر ما را خبر کن!

غزل تنهایی

صفارزاده

تا به کی تنها نشینم همچو مرغی بی‌خروس
سالها در انتظارم تا شوم روزی عروس
پر شده این خانه‌ی ما از جهیز خارجی
کی کنم من چون عروسان بر سر تختی جلوس
سن من بالاتر از سی شد خدایا چاره‌ای
شد جوانی طی به پای عشق و کنکور و دروس
گرچه در دستم بود یک مدرک پرطمطراق
می‌خورم من حسرت آن پرشیای بی‌عروس

باجناق بازی

جمشید مقدم (حامی)

سلام ای باجناق ورپریده
که هستی در حسودی یک پدیده
چو عقرب از چه نیشم می‌زنی تو؟
نمک بر قلب ریشم می‌زنی تو؟
چه کردم با تو ای نالوطی بد
که راه شادی‌َام را می‌کنی سد؟
چه بد گفتی ز من پیش پدرزن
که اخلاقش عوض گردیده با من؟
چرا با من همیشه جنگ داری
چرا قلبی ز جنس سنگ داری
امیدوارم کر و کور و کچل شی
به پیش اهل فامیلت مچل شی
امیدوارم همین امروز و فردا
سگی وحشی بگیرد پاچه‌ات را
بیفتی زیر یک ماشین باری
که از دست نیاید هیچ کاری...

○

نه... ترمز کن تو ای ماشین باری
که شوخی کرده‌ام، دخلش نیاری
فدای باجناق و جسم چاقش
ارادتمند: «حامی» باجناقش!

دانستن بدون خواستن هرگز، توانستن به بار نمی‌آورد

• بوبون

از: رضا رفیع

Email:rezaraffie @ yahoo.com

از دانشگاه تا داغانشگاه!

در این سالهای گفت‌وگوی تمدنها، انواع و اقسام برخوردهای لازم فیزیکی و متافیزیکی را برای گسترش و تحکیم مبانی این گفت‌وگو در عرصه‌های مختلف سیاسی، اجتماعی و علمی شاهد بودیم و فقط مانده بود ضرب و شتم رئیس دانشگاه، که بحمدلله این یک فقره را هم به لطف وجود برخی از برادران حاضر در صحنه، مشاهده نمودیم و خدا را شاکریم که در صورت رفتن، نادیده از دنیا نخواهیم رفت.

◀**اطلاعیه:** همین جا لازم می‌دانیم تا مراتب تشکر و قدردانی قلبی خود را نسبت به تمام عزیزانی که با زور بازو، عرق جبین و کدّ یمین خود، مروج منطق گفت‌وگو و برخورد سالم در محیط جامعه و بخصوص در فضای علمی و فرهنگی دانشگاه می‌باشند، اعلام نماییم. به دلیل ضیق وقت و تنگی جا، مابقی تشکرات در اطلاعیه‌های بعدی به اطلاع عموم خواهد رسید.

آنچه می‌خواهیم عرض کنیم ربطی به قضایای بالا ندارد. می‌گویند چند روز پیش قرار بوده یک سمیناری پیرامون انتخابات ریاست جمهوری آینده در دانشگاه علم و صنعت برگزار شود که ظاهراً قرار بوده آقایان مصطفی تاج‌زاده و ابراهیم یزدی در این جلسه به سخنرانی بپردازند.

◀**توضیح سیاسی:** این دو بزرگوار، جزو افراد غیرمسأله‌دار سیاسی می‌باشند که سرشان به کار خودشان گرم و (بلکه بند) است.

از قضای روزگار، در زمان برگزاری این سمینار، عده‌ای هم که از قبل نسبت به این جلسه اعتراض داشته‌اند، شدت اعتراض‌شان بالا می‌گیرد و به جهت ثبت و ضبط اندازه و نوع اعتراض خود به سمت ساختمان ریاست دانشگاه راه می‌افتند.

◀**شعار پیشنهادی:** اگر فرض محال، بنده در اجتماع این افراد معترض (یا هر افراد معترض دیگری) حضور فعال می‌داشتم، با عنایت به مختصر ذوق شعر و اندک زور بازویی که دارم، طوری که ریایی نشود، از پشت یک دار و درخت یا دیفال دستشویی دانشگاه (گلاب به روتان) فریاد می‌زدم:

آزادی اندیشه   جز با زدن
نمیشه

◀**یا مثلاً:**

ما اهل گفت‌وگوییم
هرچی می‌خوایم، می‌گوییم

به هر تقدیر، معترضان دانشگاه علم و صنعت، در مسیر حرکت خود به سمت خیابان ریاست دانشگاه، خود جناب رئیس دانشگاه را می‌بینند که با پای خودش دارد به طرف آنها می‌آید. پس با تواضع کامل دور استاد حلقه زده و سپس در کمال احترام، او را زیر مشت و لگد می‌گیرند. آنگاه او را سوار یک اتوبوس خالی شرکت واحد کرده، می‌برند دم وزارت علوم و در آنجا هم باز ایشان را مورد نوازش قرار می‌دهند. براثر این نوازشها، دکتر صالحی، ریاست محترم دانشگاه از ناحیه کمر و گردن آسیب می‌بیند و در بیمارستان بستری می‌شود. وی در همان روی تخت، استعفای خود را به وزیر علوم تقدیم می‌کند و اعلام می‌دارد تا زمانی که امنیت در دانشگاه برقرار نشود، حاضر به بازگشت نیست؛ مگر آنکه از جانش سیر شده باشد.

◀**آخرین خبر:** مرکز زلزله‌نگاری دانشگاه تهران وابسته به مرکز بین‌المللی گفت‌وگوی تمدنها، شدت این اعتراض تکان‌دهنده را ۴ درجه ریشتراش در مقیاس حادثه کوی دانشگاه اعلام کرده است.

◀**حکایت:** یکی از استادان ادبیات دانشگاه علم و صنعت بر روی تخته سیاه کلاس نوشت: «آن چند نفر، رئیس دانشگاه را می‌زنند»، زمان فعل زدند، چه زمانی است؟ یکی از دانشجویان ته کلاس به جهت القاء شبهه و نشر اکاذیب به قصد اضرار به غیر، در پاسخ استاد گفته است: «زمان حال‌گیری ساده استمراری»!

◀**نیازمندیها:** به چند دانشجوی لباس شخصی اهل فشار برای درب و داغان کردن فضای سالم دانشگاه و تبدیل یکشبه آن به «داغانشگاه» نیازمندیم. [انجمن لباس شخصی‌های تهران و حومه].

گوشی دستمان است!

البته واضح و مبرهن است که نه «اتم» چیزی بدی می‌باشد و نه «اورانیوم». منتهی نمی‌دانیم چرا وقتی صحبت از «انرژی اتمی» یا «اورانیوم غنی‌شده» می‌شود، عده‌ای تنشان به خارش می‌افتد. طوری که احساس می‌کنی باید «حساسیت موضعی» خاصی داشته باشند.

◀**توضیح پزشکی:** حساسیت موضعی، یک نوع «مرض» است که بروز و ظهور آن دراختیار خود فرد (به عنوان صاحب مرض) می‌باشد. اگر مصلحت باشد، علائم و نشانه‌های آن ظاهر می‌گردد.

◀**نظم:**

بعضی افراد چون مرض دارند
تن خود را همیشه می‌خارند
گاه حتی برای خارش خود
الکی هی بهانه می‌آرند!

از نظر کارشناسی، اورانیوم غنی شده، یک چیزی است مثل آهن استخراج شده که هم می‌شود با آن تیر و تفنگ ساخت و کار بشریت را ساخت؛ و هم از آن ابزار و آلات صنعتی و کشاورزی و دیگر زمینه‌های پیشرفت زندگانی بشر را ساخت و کار بشریت را راه انداخت.

حالا درخصوص رسیدن به تکنولوژی ساخت اورانیوم غنی شده توسط ایران و گیر سه پیچ دادن آمریکا و سران سه کشور اروپایی (انگلیس، آلمان و فرانسه) علیرغم اینکه بارها گفته‌ایم و بارها شنیده‌ایم که قصد ما از این کار، استفاده صلح‌آمیز از این تکنولوژی پیشرفته هسته‌ای برای امور اقتصادی و صنعتی و رسیدن به رفاه بیشتر است؛ دو دلیل عمده می‌تواند وجود داشته باشد:

◀**دلیل دوم:** کافر همه را به کیش خود پندارد. خیال می‌کنند که همه مثل آمریکا و اسرائیل به فکر ساختن بمب و موشک پیشرفته برای استقرار پیشرفته‌ترین نوع دموکراسی، از طریق هوا، می‌باشند.

◀**دلیل اول:** منطق حالیشان نیست. در این حالت باید گفت‌وگو را قطع کرد. چرا که با بی‌ادبان بی‌ادبی عین ادب است. به‌طور قطع، آدم بی‌منطق، حرف حساب برنمی‌دارد. باید به حسابش رسید.

دیروز در همین راستا و برای اطلاع از کم و کیف موضوع، تماسی تلفنی با آژانس بین‌المللی انرژی اتمی حاصل نمودیم که ماحصل آن به شرح زیر است:

- الو... آژانس!

- بله، بفرمایید.

- یه سرویس می‌خواستم... ببخشید، منظورم اینه که آقای البرادعی هستند؟

- نه جانم، رفتند بیرون. امری دارید، بفرمایید. بنده سرایدار آژانس هستم.

- می‌خواستم بدانم چرا این سه کشور اروپایی شورای حکام، حرف حساب حالیشون نیست؟

- چون آمریکا پشت قضیه است. گوشی دستتان است؟

- بله، گوشی دستم است، بفرمایید.

- آمریکا از اینکه شما به عنوان یک کشور مستقل بتوانید به تکنولوژی پیشرفته انرژی هسته‌ای مجهز شوید، جگرش تیر می‌کشد و می‌سوزد. متوجه‌اید؟

- بله، فهمیدم کجاش می‌سوزد!

- شما هرچه بگویید به خاطر استفاده‌های صلح‌آمیز است، آنها بیشتر می‌سوزند؛ چون ممکن است الگوی دیگر کشورها شوید و آنها هم بفهمند که بدون آمریکا هم می‌شود پیشرفت کرد. گوشی دستتان است؟

- بله، دستمان است، ادامه بدهید.

- خلاصه اینها حاضرند هر پیشنهادی به شما بکنند تا شما دست از تولید اورانیوم غنی‌شده‌تان بردارید. حتی حاضرند بیایند کوچه و خیابان شما را دوطرفه آسفالت کنند، یا بیایند تمام پشت‌بام منازل شما را ایزوگام نمایند. طوری که تا صد سال دیگر هم چکه نکنند!...

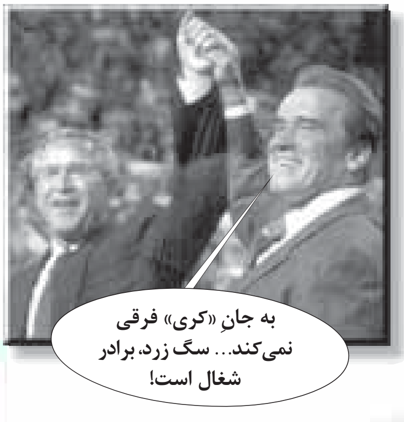
الو... الو... من بیش از این نمی‌توانم صحبت کنم. داره صدای پای البرادعی میاد. بفهمه با شما حرف زدم، سه سوت اخراجم... الو... گوشی دستتان است!

- بله، چه‌جور هم گوشی دستمان است!

طنز برعکس!

«جورج بوش در سمت ریاست جمهوری آمریکا ابقاء شد.»

جراید


به جانِ «کری» فرقی نمی‌کند... سگ زرد، برادر شغال است!

بهاره مهرنژاد

ارزشمندترین اطلاعات از ویتامین A

خیلی‌ها فکر می‌کنند که درباره ویتامین A همه چیز را می‌دانند، اما ما می‌گوییم خیلی چیزها را هم نمی‌دانید!

چون از امروز می‌توانید به دانسته‌های خودتان اضافه کنید که ویتامین A یکی از ویتامین‌های آنتی‌اکسیدان است که سبب محافظت سلولها از تخریب در برابر اکسیژن می‌شود.

ویتامین A برای سلامت چشم‌ها، پوست، رشد طبیعی و تولیدمثل و سیستم ایمنی بدن لازم است.

ویتامین A خصوصاً در پیشگیری از عفونتها به وسیله تقویت به حفظ سطوح مخاطی، کمک می‌کند.

سبزیجات سبز تیره و میوه‌های زرد منبع خوبی از ویتامین A هستند.

بهترین منبع «بتاکاروتن» (فرم غیرفعال ویتامین A که در بدن فعال می‌شود) هویج، سیب زمینی، اسفناج، کدو تنبل، بروکلی، انبه و خربزه می‌باشد.

تحقیقات اخیر نشان داده است که مصرف منظم غذاهای غنی از کاروتونوئید سبب کاهش ریسک بعضی از بدخیمی‌ها به دلیل خواص آنتی‌اکسیدان آنها می‌شود، ولی استفاده از ترکیبات تکمیلی یا صناعی ویتامین A اثر مشابه را نخواهد داشت.

ویتامین A فعال، در غذاهای حیوانی حاوی چربی نظیر جگر، کره، شیر و زرده تخم مرغ یافت می‌شود. هر چقدر سبزیجات سبزتر باشند، مقدار ویتامین A بیشتری دارند.

در این مورد می‌توان از برگهای سبز خارجی کاهو و پوست خیار نام برد که متأسفانه به دلیل عدم آگاهی عموم، مقدار عمده ویتامین A این سبزی و میوه دور ریخته می‌شود و مغز کاهو و خیار پوست‌کنده که ویتامین ناچیزی دارند، خورده می‌شود.

و مهمتر از همه اینکه آنچه در مصرف ویتامین A باارزش می‌باشد، مقدار مصرف است. مصرف زیاد ویتامین A باعث ریزش مو، خشکی پوست، سردرد، تهوع و آسیب کبدی به همراه دردهای استخوان و مفاصل می‌گردد که البته با قطع مصرف ویتامین، علائم برطرف می‌شود. علامت مهم کمبود ویتامین A هم شب کوری است.

این بار یک هشدار جدی به لاغرها

زمانی که صحبت از چاقی و لاغری می‌شود، انسانهای لاغر تصور می‌کنند که سالم هستند و از ابتلا به هرگونه بیماری در مصونیت بسر می‌برند، در صورتی که چندی پیش محققان خلاف این گفته را ثابت کرده‌اند.

یکی از عمده‌ترین دلایل لاغری افراد، کاهش ترشح هورمون لپتین یا هورمون سیری در خون است. هورمون لپتین با تحریک مرکز سیری در هیپوتالاموس مغز و از طریق به راه انداختن یک روند زنجیره‌ای در مغز، آستانه سیری را پایین می‌آورد و باعث می‌شود فرد با دریافت غذای کمتر به احساس سیری برسد.

نتیجه تحقیقی که بر روی هشت هزار زن در دانشگاه بوستون انجام شد، نشان می‌دهد که کاهش ترشح لپتین یکی از عوامل مؤثر در بروز نازایی و قطع قاعدگی به شمار می‌رود. به‌طوری که بیش از یک‌سوم زنان نازا از کمبود ترشح لپتین رنج می‌برند. بنابراین توصیه می‌کنیم افراد لاغر کمی بیشتر به سلامت خود اهمیت دهند!

تا می توانید بنوشید

هر چقدر بیشتر مایعات مصرف کنید شانس کمتری برای ابتلا به سرطان مثانه خواهید داشت.

مطالعه‌ای که بر روی ۵ هزار مرد در دانشگاه هاروارد انجام گرفت، نشان می‌دهد، افرادی که روزانه ۱۰ فنجان آب، چای، نوشابه و هرگونه نوشیدنی دیگری مصرف می‌کنند، نصف افرادی که این رژیم را رعایت می‌کنند، دچار سرطان مثانه می‌شوند.

محققان معتقدند، نوشیدن زیاد مایعات به خروج مواد سرطان‌زا از بدن کمک می‌کند و تأثیر بسزایی در جلوگیری از برخی سرطانها به‌ویژه سرطان مثانه دارد.

مواظب سقط جنین باشید

چاقی یکی از مهمترین عوامل خطرآفرین سلامتی در تمامی دوران به‌ویژه دوران بارداری به شمار می‌رود.

براساس مطالعات انجام شده در کالج پزشکی ناتینگهام، زنانی که از چاقی رنج می‌برند، در زمان زایمان بایستی روش سزارین بر آنها اعمال شود، در غیر این صورت خطر تولد نوزاد نارس آنها را تهدید می‌کند.

این یافته‌ها همچنین حاکی است که میزان توانایی حمل جنین در رحم در زنان چاق نسبت به افرادی که وزن نرمال دارند، بسیار کمتر است، به‌طوری که دیده شده، زنانی که از چاقی مفرط رنج می‌برند، ۴۵ درصد بیشتر احتمال دارد که در زایمان مجدد، دچار سقط جنین شوند.

فرهنگ مصرف آنتی بیوتیک

در قرن گذشته، آنتی‌بیوتیک‌ها جان هزاران کودک را نجات داده‌اند، اما امروزه بسیاری از این داروهای شگفت‌آور به دلیل اینکه باکتریها به مرور نحوه مراقبت در برابر آنها را آموخته‌اند، ارزش خود را از دست داده‌اند.

بنابراین والدین می‌توانند زمانی که کودکشان بیمار است با به‌کار بردن میزان تعیین شده آنتی‌بیوتیک‌ها، کارآیی و میزان مقاومت باکتریها را از بین برده و آنها را نابود می‌کند.

برای درک بهتر این روش بهتر است بدانید که کارآیی آنتی‌بیوتیک‌ها در برابر باکتریها بوده و هیچ‌گاه این داروها قادر به از بین بردن ویروسها نیستند، در نتیجه اثری بر سرماخوردگی، زکام و برونشیت یا بعضی از بیماریهای گلو ندارند.

همچنین، گاهی اوقات کودکانی که سرفه‌های شدید دارند و یا حتی خلط سبز بیرون می‌دهند، عامل بیماریشان ویروس و هیچ نیازی به آنتی‌بیوتیک ندارند، بلکه به چیزی احتیاج دارند که مادران قبل از به‌وجود آمدن آنتی‌بیوتیک‌ها باید به آنها می‌دادند، یعنی استراحت، مایعات و زمان کافی برای بهبودی.

و درواقع آنتی‌بیوتیک زمانی باید مصرف شود که پزشک از بیماری عفونی ناشی از باکتریها در کودک مطمئن شود.

بعضی از عفونتهای گلو بایستی هرچه زودتر با درمان پزشک بهبود یابند که در این صورت بهتر است با کمی صبر نوع باکتری را تشخیص دهند و سپس آن را مداوا کنند و اگر قرار به تجویز آنتی‌بیوتیک شود، پزشک نوعی را انتخاب خواهد کرد که بر باکتری مؤثر باشد و مقاومت کمتری را از طرف باکتری ایجاد نماید، حتی ممکن است لازم شود، بیمار تا بهبودی کامل مراجعات مکرری به پزشک داشته باشد.

بنابراین توجه داشته باشید که مصرف اولیه آنتی‌بیوتیک را در کودک به دقت تحت نظر داشته باشید چون استفاده بعدی برای بهبودی دشوارتر خواهد بود.

البته راههای دیگری نیز برای حفظ سلامت فرزند وجود دارد و از آن جمله نگاهداری کودک در محلی جداگانه است که با این کار می‌تواند در بهبودی بیماریها براثر باکتریها یا بیماریهای وابسته به باکتریها مؤثر باشد.

ناگفته نماند که بعد از چند دهه استفاده زیاد از آنتی‌بیوتیک‌ها، میزان مصرف آنها در کودکان، درحال حاضر رو به کاهش است و پزشکان و والدین بایستی در مصرف این داروها عاقلانه عمل نمایند.

از: دکتر نوید خدادوست

متولدین فروردین

در شرایطی قرار گرفته‌اید که شاید خیلی راحت نباشید، ولی این را مدنظر قرار دهید که شرایط موجود با تمام جزئیاتش طبق تصمیم و خواسته شما بوده است. پس بی‌دلیل خودتان را آزار ندهید و به فکر کارهایی که پیش‌رو دارید باشید تا آنگونه پیش برود که شما دوست دارید و از آن لذت می‌برید. به شما توصیه می‌کنم که در این چند روزه در مورد کسی یا چیزی قضاوت ناعادلانه نکنید، چون ممکن است عذاب وجدان برای شما به همراه داشته باشد.

در ضمن برای انجام کارهای بی‌اهمیت‌تان هم حداقل در این روزها وقت بیشتری بگذارید چرا که ممکن است در آینده اهمیت آنها برایتان بیشتر شود.

متولدین اردیبهشت

خودتان می‌دانید که هنر در خون شماست و شما را ماجراجو و قوای درونیتان را دوچندان می‌کند. پس از این موضوع غافل نشوید و خودتان را برای بهبود شرایط و آنچه را که دوست دارید آماده نمایید و زندگی خوبتان را بهتر از این کنید که انتظارش را دارید. البته این‌طور که مشخص است، از دستور دادن و امر و نهی کردن دیگران رنج می‌برید، ولی حداقل در این چند روزه سعی کنید اعتدال را پیش بگیرید (چه در سخت‌گیری و چه در مهربانی) تا به نتیجه مطلوب برسید. به شما توصیه می‌کنم که در این هفته احساسات خودتان را کنترل کنید و منطق را جایگزین آن نمایید.

متولدین خرداد

طی روزهای پیش‌رو تغییراتی در زندگی روزمره و روتین خودتان خواهید داشت که امیدوارم آن را به شکل منطقی بپذیرید و سازگار باشید. البته خودتان می‌دانید که محدودیت و محدود بودن شما را رنج می‌دهد، ولی در این هفته صبوری کنید و گله‌گزار نباشید، چون این روزها زودگذر هستند. پس به کارهای مثبت خودتان در آینده فکر کنید و برنامه‌ریزی دقیق داشته باشید. حرفها و عقاید افراد متفاوت و بسیارند از همین‌رو توصیه می‌کنم که شما عاقلانه رفتار کنید و راه صحیح خودتان را پیش بگیرید و ذکر یاد خدا را نیز فراموش نکنید. حضور رنگ سفید در اطراف شما نشان‌دهنده این است که اتفاقاتی را درپیش دارید و از همین حالا هم می‌شود اضطراب درونی شما را حس کرد.

متولدین تیر

ادای دینی نسبت به موضوعی دارید که من توصیه می‌کنم هرچه زودتر آن را به‌جای آورید تا خودتان به آرامش برسید و در این هفته سعی کنید حساسیت خودتان را نسبت به بعضی مسائل که خودتان بهتر می‌دانید(!) کم کنید تا جای سؤال برای هیچ کسی نباشد. می‌دانم که از انتظار رنج می‌برید، ولی در طی این مدت کوتاه به ناچار باید تحمل کنید و انعطاف‌پذیر باشید تا به نتیجه دلخواه خودتان برسید. پولی به دستتان می‌رسد که امیدوارم آن را در جای مناسب خود استفاده کنید و کمک به نیازمندان را فراموش نکنید.

متولدین مرداد

ایده‌آلها در زندگی بسیارند و شما نیز بسیار دقیق به آنها واقف هستید، ولی همیشه رسیدن به حد مطلوب و یا نزدیک شدن به آنها سخت و دشوار است، درحالی که با کمی تلاش و تغییر شرایط این موضوع برای شما قابل دسترس و قابل وصول می‌باشد که امیدوارم از شرایط خوبی که دارید استفاده بهینه نمایید تا پشیمان نشوید، چون به‌راستی این فرصتها همیشگی و قابل تکرار نیستند. در مورد مساءله‌ای فکر می‌کنید و برایتان درگیری ذهنی ایجاد کرده که پیشنهاد می‌کنم تسلیم نشوید، چون شما موفق خواهید شد.

متولدین شهریور

مسائل و یا سؤالهایی در ذهن دارید که در این چند روزه به پاسخ آن خواهید رسید و این موضوع شما را خوشحال و سربلند می‌کند، پس سعی کنید آرام و صبور عمل نمایید تا بتوانید دوستان را متقاعد کنید و به آنچه که برنامه‌ریزی کرده‌اید برسید. البته مرور زمان خیلی از مسائل پنهان را آشکار می‌کند و خودتان هم به این موضوع واقف هستید، پس مانند همیشه صبوری پیشه کنید، زیرا به‌راستی به نفع شما می‌باشد. در ضمن بهتر است نگران مسائل مالی نباشید، چون حامی و پشتیبان محکمی دارید که امیدوارم خداوند نگهدارش باشد.

متولدین مهر

دقت کنید! طی این هفته مسائلی پیش‌رو دارید که لازم است خجالت و ملاحظه‌کاری را کنار بگذارید و صادقانه اظهارنظر نمایید، زیرا اینها مسائلی نیستند که بتوانید در موردشان گذشت کنید. به‌راستی لازم است در آینده نزدیک، قوه ابتکار و خلاقیت خودتان را به‌کار بیندازید و هنرنمایی کنید تا اطرافیان بدانند که با چه فرد هوشمندی در ارتباط هستند. شما حتی برای سرگرم کردن خود و خانواده هم می‌توانید از داشته‌های شخصی استفاده کنید و به آرامش و لذتی که دوست دارید دست یابید.

متولدین آبان

اگر در هفته چهارم آبان ماه متولد شده‌اید تولدتان مبارک باشد.

اگر در فکر سرزنش کردن کسی هستید من توصیه می‌کنم دست نگه‌دارید! زیرا بعداً تغییر عقیده خواهید داد و این نتیجه بهتری برای شما خواهد داشت. البته در شرایطی نیستید که بخواهید خودتان مستقیماً وارد عمل شوید و بهتر است مدیریت کارها را به عهده داشته باشید و بر امور نظارت نمایید و بدانید که در این صورت کارها بهتر پیش خواهد رفت و این خود باعث خشنودی شما خواهد شد. در این هفته لازم است که از تجربیات گذشته خودتان استفاده کنید و با منطق پیش بروید، بخصوص در محل کارتان.

متولدین آذر

بخشش و سخاوت خوبی دارید که باید آن را در جای مناسب خودش استفاده کنید و بدانید که اعضا خانواده در این چند روزه به شما احتیاج خاصی دارند، پس آنها را دریابید و حلال مشکلاتشان باشید و مسائل آنها را حلاجی نمایید.

طرح و نقشه‌هایی برای اجرا داشته‌اید که من پیشنهاد می‌کنم در طی این هفته به آرامی آنها را شروع کنید و مشورت را سرلوحه کار خود قرار دهید تا نگرانی و اضطراب خودتان را کمتر کنید.

متولدین دی

پیشنهاد می‌کنم که هم به ظاهر و هم به باطن وجودیتان توجه خاصی داشته باشید، چون هر دوی آنها به شما آرامش خاطر و اعتماد به نفس می‌دهد و قدرتتان را دوچندان می‌کند و می‌توانید به رقابت سالمی دست پیدا کنید. البته ناگفته نماند که ارتباط درست و اصولی به حل مشکلات شما کمک خاصی می‌کند، پس از دوستان و جمع دوستانه آنها خودتان را محروم نکنید و شما نیز باید به قرار ملاقاتهایی که دارید احترام بگذارید و با آنها هماهنگی داشته باشید. در ضمن بهتر است حس جستجوگر خودتان را در این هفته کنترل کنید و صبور باشید.

متولدین بهمن

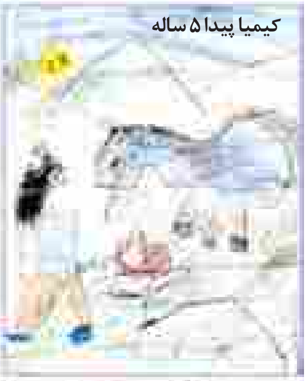
تمرکز روی مساءله‌ای کرده‌اید که شاید خیلی هم مهم نباشد و یا در آن حدی نباشد که شما روی آن تاءکید می‌کنید، اما در هر صورت رعایت اعتدال بهترین کار است که امیدوارم این موضوع را مدنظر قرار دهید. در طی این هفته از حرکات ناگهانی و انفرادی پرهیز کنید و سعی کنید مثل همیشه حساب شده عمل نمایید و احتیاط را در هر کاری رعایت کنید که موضوع به هیچ‌وجه نشانه ترس نبوده و برعکس شرط عقل است. منتظر یک اتفاق غیرمنتظره باشید.

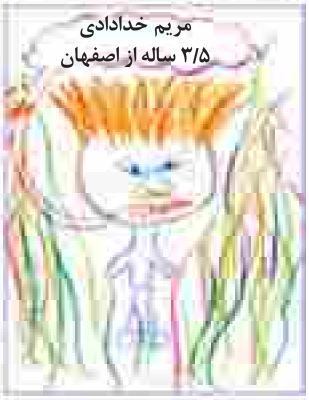
متولدین اسفند

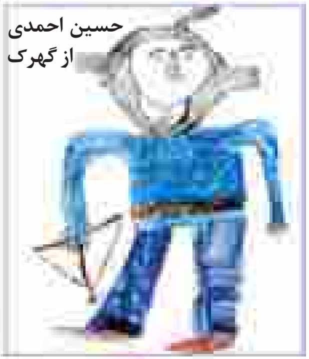
قرار ملاقات و یا جلسه‌ای را پیش‌رو دارید که برایتان مهم و تعیین‌کننده می‌باشد و شما باید سعی کنید که رعایت احترام حاضرین را داشته باشید. اگر قصد خرید و یا انجام کار مهمی را دارید، این هفته زمان مناسبی نمی‌باشد و بهتر است آن را به روزهای دیگری موکول کنید و اگر احتیاج به حمایت مالی داشتید، آن را بر زبان نیاورید. چون همیشه احساس نیاز انسان را به تفکر وامی‌دارد و در این مرحله است که قفل‌ها گشوده می‌شوند و رحمت جای سختی را می‌گیرد.

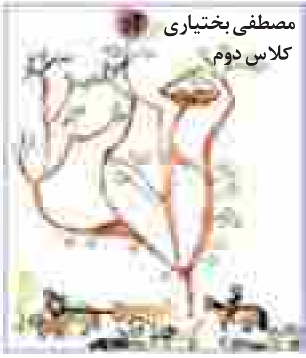
پاداشهای شما همیشه برمبنای نتایجی که به دست می آورید تعیین می شود

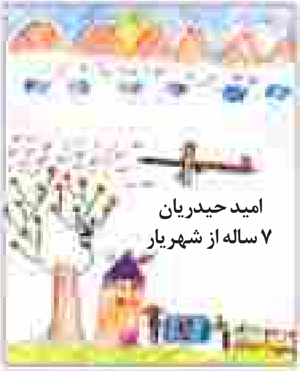
نقاشی های شما

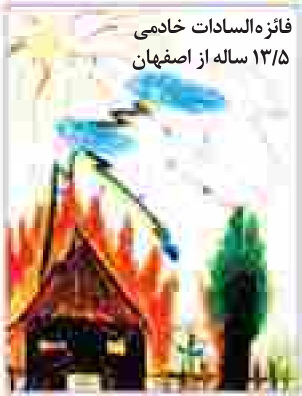

کیمیا پیدا ۵ ساله

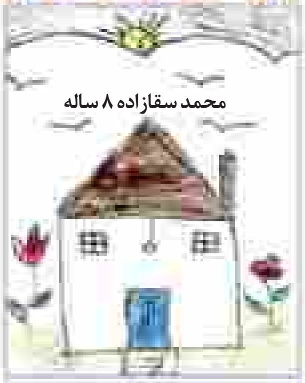

مریم خدادادی
۳/۵ ساله از اصفهان

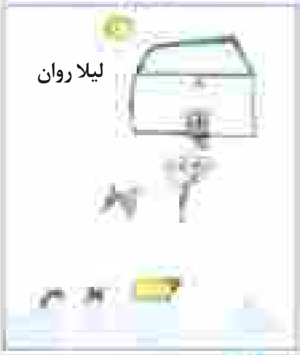

حسین احمدی
از گهرک

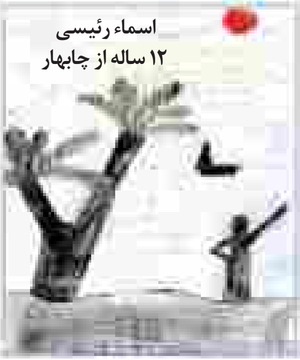

مصطفی بختیاری
کلاس دوم

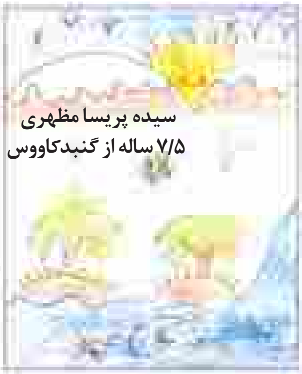

امید حیدریان
۷ ساله از شهریار

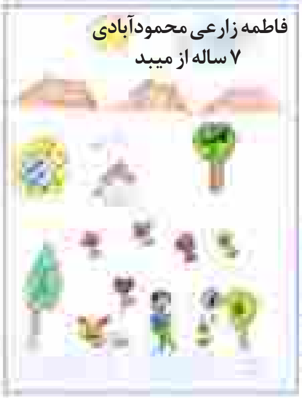

فائزه‌السادات خادمی
۱۳/۵ ساله از اصفهان

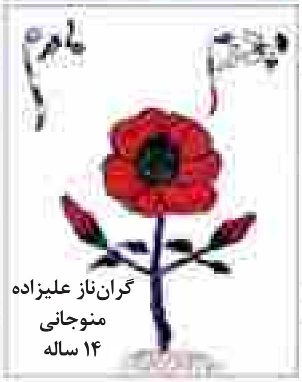

محمد سقازاده ۸ ساله

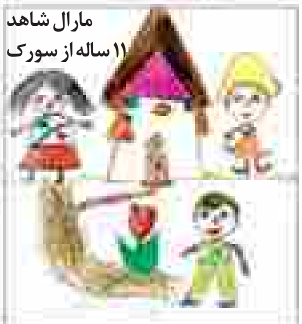

لیلا روان

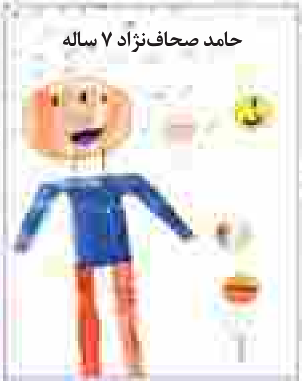

اسماء رئیسی
۱۲ ساله از چابهار

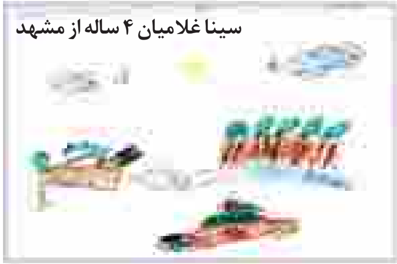

سیده پریسا مظهری
۷/۵ ساله از گنبدکاووس

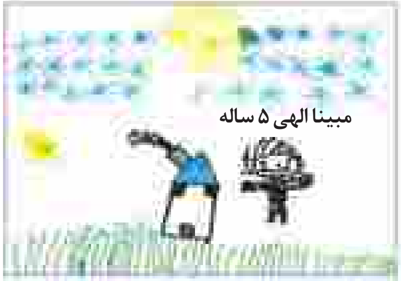

فاطمه زارعی محمودآبادی
۷ ساله از میبد

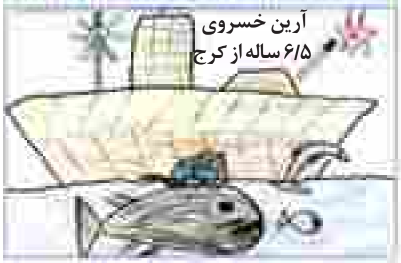

گران‌ناز علیزاده
منوجانی
۱۴ ساله

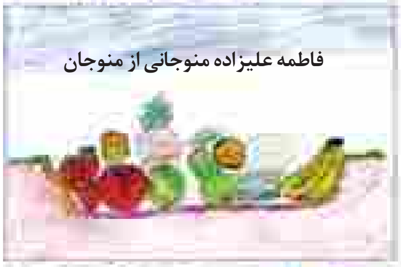

مارال شاهد
۱۱ ساله از سورک

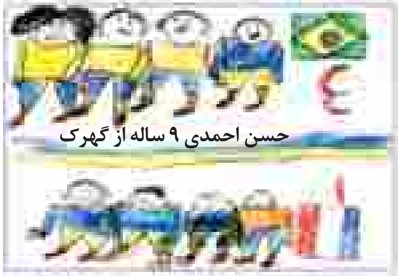

حامد صحاف‌نژاد ۷ ساله

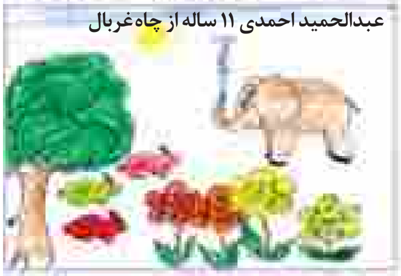

سینا غلامیان ۴ ساله از مشهد

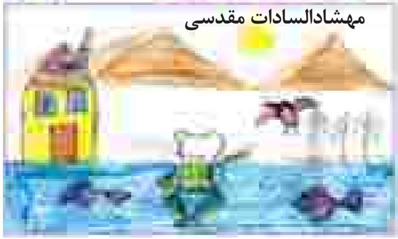

مبینا الهی ۵ ساله

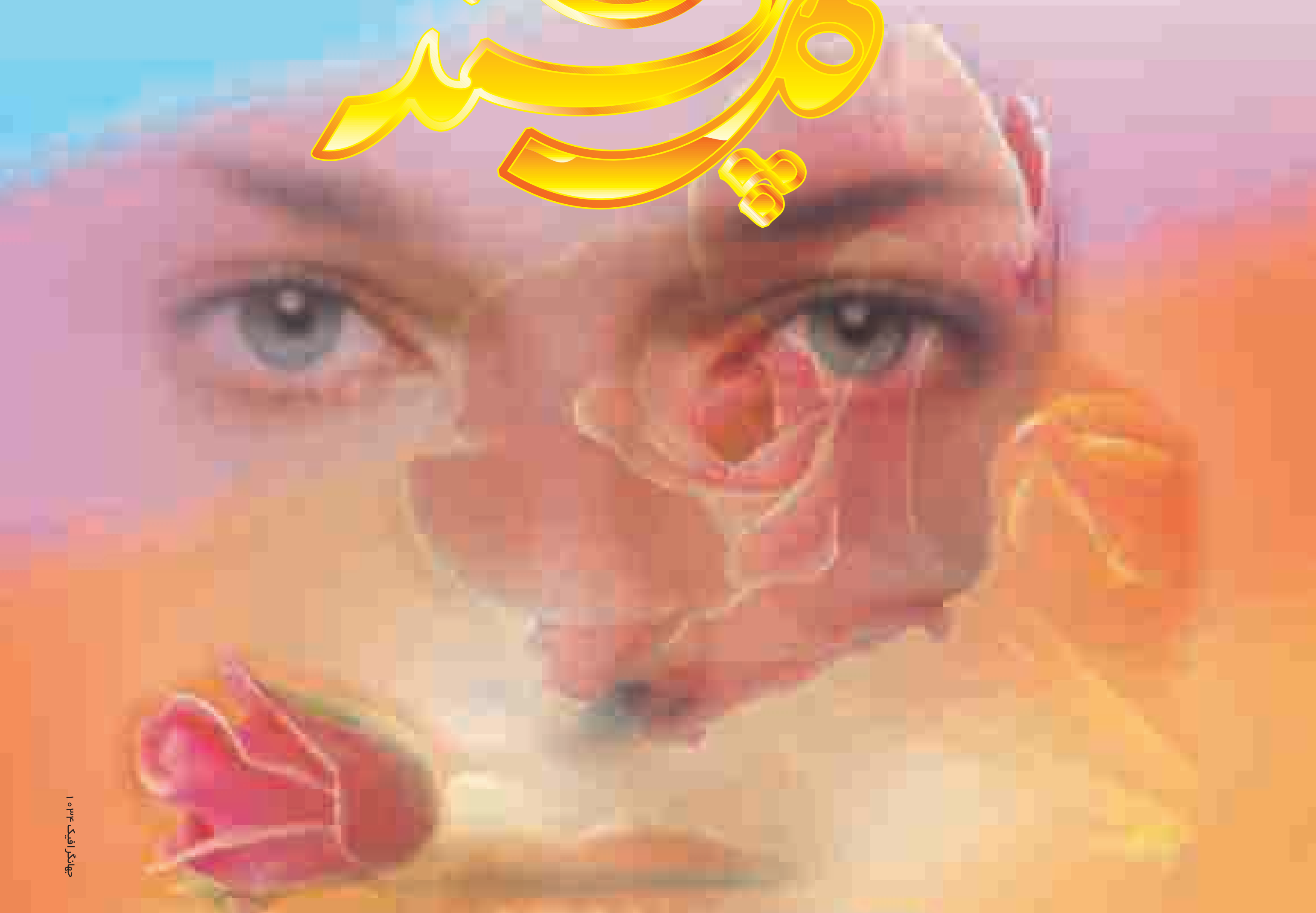

آرین خسروی
۶/۵ ساله از کرج


فاطمه علیزاده منوجانی از منوجان


حسن احمدی ۹ ساله از گهرک


عبدالحمید احمدی ۱۱ ساله از چاه‌غربال


مهشادالسادات مقدسی



Golpasand
Golpasand

گل پسند

کرم گل پسند

با اویسریت و ویتامین آ+ای
برای جوانی و شادابی پوست

Golpasand **CREAM**

Euicerit & Vitamin A+E

با ۵۰ سال تجربه و دانش فنی

مرکز پخش: شرکت پگاه ، تلفن: ۶۸۰۶۵۰۰ – ۶۸۰۸۸۰۷
گل پسند (بلنداکس) تهران – ایران تلفن: ۲۸۴۰۵۵۰–۲۸۴۰۵۰۱

جهانگرافیک ۱۰۳۴

کرمهای ویتامینه و مرطوب کننده
ساویز
saviz
همیشه تمیز،
همیشه ساویز
•FAKOOR 3.4.21
صنایع بهداشتی و آرایشی ساویز